Mahendra Tevar

# La búsqueda del Ser

Conversaciones con Sri Ramana Maharshi






# La búsqueda del Ser

## Conversaciones con Sri Ramana Maharshi

Mahendra Tevar

# La búsqueda del Ser

## Conversaciones con Sri Ramana Maharshi






*La búsqueda del Ser. Conversaciones con Sri Ramana Maharshi*


D. R. © Editorial Lectorum, S. A. de C. V., 2011
Batalla de Casa Blanca Manzana 147 Lote 1621
Col. Leyes de Reforma, 3a. Sección
C. P. 09310, México, D. F.
Tel. 5581 3202
www.lectorum.com.mx
ventas@lectorum.com.mx

Bajo acuerdo con:

© Ediciones El Grano de Mostaza
Carrer de Balmes, 349 Ppal. 1a.
08022 Barcelona, España
www.elgranodemostaza.com

Primera edición: octubre de 2011
ISBN: 978-607-457-200-1

D. R. © Portada: Félix Lascas

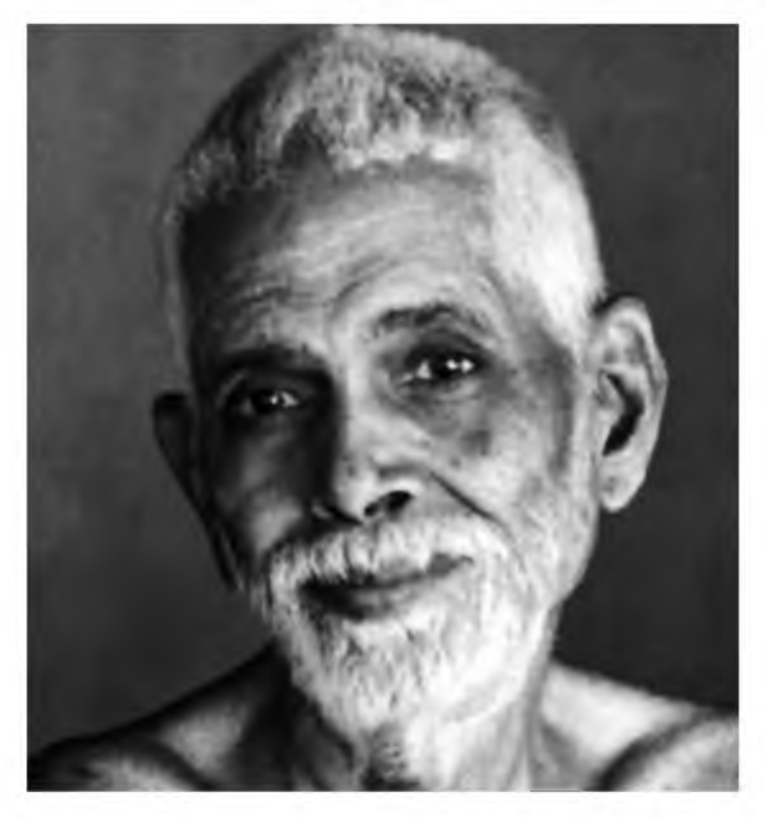


Impreso y encuadernado en México.
*Printed and bound in Mexico.*

Atma Vichara

# La búsqueda del Ser

Conversaciones con Sri Ramana Maharshi



ATMA VICHARA

# ÍNDICE

## ABREVIATURAS

Abreviaturas de las referencias bibliográficos

| | |
|---|---|
| *T.* | *Talks with Sri Ramana Maharshi* |
| *D. D.* | *Day by day with Bhagavan* |
| *S. R. G.* | *Sri Ramana Gita* |
| *R. A.* | *Ramana Arunachala* |
| *W. G.* | *Words Of Grace* |
| *S. R.* | *A Sadhu's Reminiscense of Ramana Maharshi* |
| *M. M.* | *The Maharshi and His Message* |
| *C. T.* | *Crumbs from His Table* |
| *L. R.* | *Letters from Sri Ramanashramam* |
| *G. R.* | *Guru Ramana* |
| *S. D. B* | *Sat-Darshana Bhashya* |
| *C. W.* | *Collected Works of Ramana Maharshi* |
| *C. I.* | *Conscious Immortality* |
| *S. R.* | *Self Realization: Life & Teachings of Sri Ramana Marharshi* |

OM

NAMO BHAGAVATE SRI RAMANAYA

# PREFACIO

Corría el año 1961. Por aquel entonces mi vida transcurría tranquila en la vieja Montcada (Barcelona) a los pies de la montaña que tanto me recordaría, años después, a Arunachala. Un día, paseando por la Vía Laietana, la serena mirada de un anciano que "me observaba" desde la portada de un libro, llamó poderosamente mi atención. Se trataba de Sri Ramana Maharshi y el libro: *El camino de la realización del Ser*, de Arthur Osborne. Poco podía sospechar entonces que esta lectura cambiaria el rumbo de mi vida.

Cinco años después me encontraba en Lucknow (India) en el hogar de Sri Poonja (Papaji), uno de los grandes discípulos de Sri Ramana Maharshi con quien mantuve una relación alternante de maestro-discípulo que duró ocho años. La mayor parte de ese tiempo viví como *bhikkhu* (monje budista) en la isla de Sri Lanka.

Durante años estudié los Evangelios y cuanto pude recopilar de esa figura crística llena para mí de carisma. Leí con ahínco el *Advaita Vedanta*, centrándome en las enseñanzas de Sri Ramana, y profundicé en las enseñanzas de Buda. Poco a poco fue tomando cuerpo dentro de mí la certeza de que necesitaba centrarme en la esencia de estas enseñanzas, para evitar la dispersión. Tiempo después, miestras pasaba unos meses en el *ashram* de Ramana, decidí seleccionar todo lo que

se había escrito sobre sus enseñanzas y sintetizarlo en el *Atma Vichara* (Búsqueda del Ser) a través de la pregunta "¿quién soy yo?". La experiencia fue enriquecedora; a pesar de los años transcurridos, el cariño que siento por aquel lugar sigue vivo en mí. He vuelto allí muchas veces a experimentar aquella atmósfera tan llena del Maestro.

Dos años después, de haber llevado a cabo este trabajo trasladé mi residencia a un templo budista a las afueras de Colombo.

Al entregarme por entero a la meditación del *Atma vichara* mi corazón experimentó una importante expansión.

Un buen día, hallándome en ese lugar, en cuyo interior había un templete hindú dedicado al señor Kartikeya, hijo del dios Shiva, la gracia del gurú interno se hizo presente en mí y viví el sentirme Uno y en comunión con el Ser. Fue una comprensión instantánea y profunda, acompañada de una gran paz mental; del corazón brotaban sensaciones de gozo y de entendimiento.

Muchos años después sentí el impulso de publicar aquella recopilación con la que tan lejos había llegado en la comprensión del Ser. Hice partícícipe de ello al swami Satyananda, un amigo muy querido para mí y conectado con el *ashram* de Ramana desde donde dieron el visto bueno a esta publicación que ahora ve la luz.

En lo más profundo de mi corazón agradezco a Sri Ramana Maharshi por sus enseñanzas; al presidente del Ramanashram, Sr. V. S. Ramanan, su colaboración para que se publicase el libro en castellano, y a todos los que me han ayudado en mi camino espiritual. Quiero mencionar también a Raimond Panikkar y Enric Aguilar. A Raimond, por ofrecerme su casa en Benarés y, por supuesto, sus charlas y contactos. Mientras escribo estas líneas he recordado el encuentro con éste, en enero de 1967, reunidos con Papaji (Sri

Poonja), swami Abhishiktananda (Henry Le Saux), y con Enric, ex monje de Montserrat. Los recuerdo profundamente sumergidos en la vía del *Jnana-yoga*, o vía del auto-conocimiento.

Fue Enric Aguilar quien, tiempo después, me dio la idea de hacer una síntesis de las enseñanzas de Ramana.

Y, por último, mi agradecimiento a mis hijos Montse y David, por apoyarme para que llevara adelante este proyecto; a Joana Martín, por hacerse cargo de la corrección y revisión de todo el texto y, finalmente, a mis editores de "El grano de mostaza" por su interés en que se publique.

MAHENDRA TEVAR<br>
Hogar de la Luz Dorada<br>
Muntanyola, 27 de abril de 2010

# INTRODUCCIÓN

POR
SWAMI SATYANANDA

OM NAMO BHAGAVATE SRI RAMANAYA

"La liberación es otro de tus nombres.
Siempre esta contigo, aquí y ahora."
*Sri Ramana Maharshi*

"Si conocemos nuestra verdadera naturaleza,
(lo único que permanece es)
Existencia, Conciencia y Dicha; indivisible,
sin principio ni fin"
*Sri Ramana Maharshi - Upadesa Undiyar*

"Indagar '¿Quien soy yo que estoy en la esclavitud?'
y conocer nuestra naturaleza real, es la liberación.
A tener la mente constantemente centrada en el Ser
se denomina auto indagación, *Atma Vichara.*"
*Sri Ramana Maharshi*

Sri Ramana Maharshi es uno de los maestros contemporáneos que más ha contribuido a expandir el conocimiento del Advaita Vedanta (no-dualidad), no sólo en la India, sino que su enseñanza pura ha llegado a buscadores de todas partes del mundo.

Venkataramana (nombre del joven Ramana), después de su transformadora "experiencia de la muerte" en Madurai a los 16 años, lo abandonó todo y vivió retirado y absorto en la dicha del *Atman* en las solitarias cuevas de Arunachala. Sri Ramana tomó *mahasamadhi* (dejó su cuerpo) en 1950, dejando tras de sí un pequeño *ashram* o comunidad espiritual. Sus enseñanzas han sido traducidas y publicadas en una gran variedad de idiomas.

Sri Ramana nunca dejó la sagrada montaña de Arunachala. A lo largo de los años, muchos buscadores, devotos y aspirantes sinceros han acudido a este importante lugar sagrado del sur de la India donde él residió buscando inspiración y guía, atraídos por la emanación espiritual del gran maestro.

Según el *Arunacha Mahatmya* del *Skanda Purana*, la colina de Arunachala es un *Shiva Linga*, es la forma misma de Shiva, es una montaña de Luz. Sri Ramana escribió bellos poemas sobre Arunachala, hablando de ella como el Absoluto, Shiva, o como su propio Gurú:

"Mira, allí se alza como una colina invisible. El modo en que actúa es misterioso, más allá de toda comprensión humana. Desde mi niñez, siempre había sido consciente de que Arunachala era algo de una grandeza incomparable... Cuando apaciguó mi mente, me atrajo hasta ella y me acerqué, vi que era la quietud absoluta."

*Sri Arunachala Ashtakam*

"Oh Arunachala, tú que te alzas y brillas ante mí como la forma de mi Guru, esclavízame, y destruye completamente mis faltas (la raíz del ego)."

*Sri Arunachala Akshararamanamalai*

"Abandonando el mundo externo, con la mente y la respiración controladas, meditando en Ti en su interior, el yogui percibe Tu luz, o Arunachala!
Y encuentra su dicha en Ti."

*Sri Arunachala Pancharatna*

El joven Brahmana Swami, así le llamaban entonces, disfrutando de la dicha de su Ser, buscaba la soledad y estaba inmerso en el silencio, pero su destino sería aportar la eterna luz de los antiguos rishis o sabios védicos al mundo actual.

¿Como Sri Ramana, -sin abandonar nunca Arunachala– llegó a ser una referencia tan importante para buscadores de todas partes del planeta? En el año 1902, Sivaprakasam Pillai visitó al joven asceta que residía en la cueva de Virupaksha.

—Swami, ¿Quien soy yo?, ¿Cómo puedo alcanzar la liberación?

—Al seguir incesantemente con la indagación interior de

"¿Quien soy Yo?", conocerás tu auténtica naturaleza y así alcanzarás la liberación.

—¿Quién soy Yo?

—El "Yo" real o el auténtico Ser, no es ninguno de los cinco sentidos, ni los objetos de los sentidos, ni los órganos de acción, ni el *prana* (energía vital), ni la mente, ni tampoco el estado de sueño profundo en el que no existe el conocimiento de ninguno de éstos.

—Si no soy nada de eso, ¿Qué es lo que soy?

—Después de excluir todo lo anterior, afirmando "eso no es el Yo", lo único que permanece es el "Yo", y eso es la Conciencia.

—¿Cuál es la naturaleza de esta Conciencia?

—Es *Sat Chit Ananda* (Existencia, Conciencia y Dicha absolutas), en la que no existe ni la más mínima traza del pensamiento "yo". A esto también se le llama *mouna* (silencio) o *Atman* (Ser). Lo único que existe es Eso.

Ésta fue la primera conversación de Sri Ramana que sería publicada como parte del conocido libro *Nan Yar?*, "¿Quien soy Yo?"

En 1907, el erudito y conocido poeta Kavyakantha Ganapati Muni, ascendió lleno de emoción a la cueva donde residía el joven sabio para recibir su guía. Kavyakantha al encontrarse solo ante el joven, se inclinó respetuosamente, y con las manos unidas y voz temblorosa le preguntó:

—"He leído todo lo que puede ser leído. He comprendido los textos del Vedanta. He hecho *japa* (repetición de mantras) en gran cantidad. Pero hasta ahora no comprendo lo que es *tapas* (la austeridad). En ti tomo refugio".

Durante quince minutos Brahmana Swami estuvo en silencio mirando al Muni allí sentado. Después respondió:

—" Si uno observa de donde surge la noción de "Yo", la mente se absorbe en eso. Esto es *tapas* o austeridad".

Feliz y conmovido por la respuesta, Kavyakantha instruyó a sus discípulos que se dirigieran al joven a partir de entonces con el nombre de Sri Bhagavan Ramana Maharshi. Más adelante compondría en sánscrito el libro "Sri Ramana Gita" (El Canto de Ramana) que contenía la esencia de las enseñanzas que había recibido. En la introducción a este libro, escribe: "Lo que Sri Maharshi expone, no depende del estudio de las Escrituras, ni de la lógica, ni de ninguna autoridad anterior. Él enseña lo que ha experimentado o visto con el ojo interno de la meditación".

"Cuando la permanencia en nuestra propia naturaleza o *Atman* se hace natural (sin esfuerzo), esto es mukti o la libertad final, el estado supremo, y se denomina realización directa."

*Sri Ramana - Sri Ramana Gita*

En 1911 Frank H. Humphreys, el primer buscador occidental llegó al Maharshi, "Al llegar a la cueva, nos sentamos frente a él a sus pies y guardamos silencio. Así permanecimos durante largo rato y me sentía muy emocionado. Durante media hora fijé mi mirada en los ojos del Maharshi que jamás cambiaba de expresión sumido en profunda contemplación. Comencé entonces a comprender que su cuerpo no era el hombre: era el instrumento de Dios, un cadáver inmóvil desde el cual Dios irradiaba profundamente".

Su primera pregunta:

—"Maestro, ¿puedo ayudar al mundo?"

—"Ayúdate a ti mismo, y así ayudarás al mundo".

—"Deseo ayudar al mundo. ¿Como puedo ser de ayuda?

—"¡Sí! Ayudándote a ti mismo ayudarás al mundo. Tú estás en el mundo. Tú eres el mundo".

En 1925 se publicaron las enseñanzas que Humphreys había recibido del Maharshi. Pronto se retiró de su trabajo en la India, regresó al Reino Unido y se hizo monje.

Pero fue con la visita de Paul Brunton y la posterior publicación del libro "*A Search in Secret India*" (La India Secreta) en 1934, con tres capítulos dedicados a Sri Ramana, cuando éste empezó a ser conocido en Occidente. Brunton quedó muy impactado por la presencia y la enseñanza directa del Maharshi y se quedó a vivir durante un tiempo en el *ashram.*

"El Maharshi se gira y me mira directamente; yo a la vez también le miro. Soy consciente del misterioso cambio que tiene lugar con gran rapidez en mi corazón y en mi mente. Una paz indescriptible desciende sobre mí, y sé que no hay nada más que yo pueda pedirle a la vida".

"Sus ojos brillan de manera indescriptible. Empiezo a sentir una extraña sensación. Estas orbitas luminosas parecen penetrar hasta los rincones más recónditos de mi alma".

"En esta paz indescriptible siento un gran ligereza y exaltación. El tiempo parece detenerse. Mi corazón queda libre de toda carga"

Y le pregunto:

—"Maestro, he estudiado las filosofías y ciencias de occidente, he vivido y trabajado entre las gentes de las pobladas ciudades, he probado sus placeres y me he dejado llevar por sus ambiciones. También me he retirado en lugares solitarios y he vagado en la quietud del pensamiento profundo. He cuestionado a los sabios de Occidente, ahora he girado mi mirada hacia Oriente. Busco más luz."

"El Maharshi me mira largamente en silencio. Finalmente sus labios se abren y dice dulcemente":

—Tú dices 'yo'. Quiero saber, dime, ¿Qué es este 'yo'?

—¿Qué quiere decir?, me siento confuso. Creo que no comprendo bien la pregunta —me atrevo a decir.

—¿No está claro? Piénsalo de nuevo.

"Estoy confuso con el significado de sus palabras, de repente tengo una idea. Con un dedo me señalo a mí mismo y menciono mi nombre."

—"Pero esto es solo tu cuerpo. Te pregunto de nuevo. ¿Quién eres tú?"

"No puedo encontrar la respuesta a esta extraordinaria pregunta."

El Maharshi continuó:

—Conoce primero esto, y luego conocerás la verdad. Solo tienes que hacer una cosa. Obsérvarte a ti mismo. Haz esto de la manera adecuada y encontrarás la respuesta a todos tus problemas."

—¿Qué puedo hacer?, ¿Que método debo seguir?

—Por medio de la profunda reflexión en la naturaleza de tu propio ser y a través de la meditación constante podrás encontrar la luz.

Paul Brunton escribió varios libros en los que hablaba del Maharshi y posteriormente en Europa guió a buscadores occidentales. Brunton escribió: "Sri Ramana era una antorcha espiritual que tenía que llegar a las almas de los buscadores de Occidente que estaban esperando. Yo fui un eslabón de poca importancia en la cadena."

En 1938 el conocido escritor y novelista británico Somerset Maughan visitó el ashram, y en su famosa novela "El filo de la navaja" se puede ver fácilmente que Maughan da el nombre de Ganesha a Sri Ramana, y que sitúa el ashram en el estado de Kerala, pero se ven grandes paralelismos.

En el año 1945 Arthur Osborne, estudioso de la obra de Renè Guenon, visitó a Sri Ramana por primera vez y se quedó a vivir en Arunachala hasta su muerte. Su gran contribución con sus libros y como editor de la revista "The Mountain Path" ("El Sendero de la Montaña") atraerá a muchos

buscadores occidentales a la enseñanza y a la gracia de Sri Ramana.

En 1949 Mouni Sadhu llegó al Maharshi; su libro *En días de gran paz* es una obra clásica de la literatura espiritual moderna.

Con estos y otros muchos buscadores que reconocieron en Sri Ramana la llama viva de la tradición hindú del Advaita Vedanta, y que lo dieron a conocer, llegamos a nuestros días con David Godman y su extensa obra sobre el Maharshi y sus devotos, Michael James, Robert Butler etc. para citar solo algunos de los autores actuales que continúan escribiendo, recopilando, editando y traduciendo el precioso legado del gran maestro.

La enseñanza de Sri Ramana Maharshi es la enseñanza tradicional del Advaita Vedanta en un lenguaje sencillo, directo, no erudito, instando a la experiencia directa del buscador.

La selección de enseñanzas y conversaciones de este libro tratan del *Atma Vichara*: reflexión, indagación, introspección, o indagación del Ser.

"El estado del cual surge el 'yo' es el
estado en el cual somos Eso."
"Al igual que un hombre se sumerge en el agua para
rescatar algo que se le ha caído, de igual manera uno
deberá sumergirse en uno mismo, con una mente
concentrada y unidireccional. Controlando el habla
y la respiración, deberá encontrar el lugar
de donde surge el 'yo'"
"Sin pronunciar la palabra 'yo', buscar con la mente
introvertida el lugar de donde surge el 'yo' es en esencia
la indagación que lleva al conocimiento del Ser."

*Sri Ramana - Sad Vidya (Cuarenta versos sobre la Realidad)*

El *Atma Vichara* es la atención o indagación profunda en la naturaleza de nuestro 'yo', yendo más allá de toda modificación mental, transcendiendo el mismo 'yo'. Sri Ramana habla del enfoque o indagación en el *aham vritti* o el pensamiento primordial de 'yo', que es la raíz y soporte de todo pensamiento posterior, y de la trascendencia de este *aham vritti* al final del proceso.

"Cuando la mente, interiorizada, indaga
'¿Quién soy yo?' y llega al Corazón, el 'yo' individual
se derrumba totalmente, y de inmediato la realidad
se manifiesta por sí misma como 'Yo-Yo'.
Aunque aparece de esta forma, este 'yo' no es un objeto
(no es el ego 'yo'), sino la totalidad, el Ser Perfecto,
el Ser Absoluto."

*Sri Ramana, Ulladu Narpadu*

El camino del *Atma Vichara* requiere de la totalidad de la persona que lo practica y nos lleva a la muerte del ego, a la cesación de *avidya* (la ignorancia). El *Vichara* no es un camino para los buscadores con mentes extrovertidas y aún interesadas en el mundo; no es un camino para los que buscan logros o experiencias espirituales, aunque sutiles; no es un camino para adquirir nada, sino para despojarse de todo. Es un camino para muy pocos que tienen el merito y la purificación mental de mucha *sadhana* (práctica) anterior, y requiere de una gran integridad y sinceridad espiritual.

El *Atma Vichara* no es un camino nuevo, sino que es una parte importante de la antigua tradición del Advaita Vedanta, así como Sri Ramana y toda su enseñanza, son parte integral de la milenaria tradición del Sanatana Dharma, el Dharma Eterno.

En el Yoga Vasishtha, el gran *rishi* (sabio) Vasishtha habla a Sri Rama de los cuatro centinelas que guardan las puertas de *moksha* (la liberación).

"Escucha, oh Rama las características de estos
cuatro centinelas.
El primero es *Shanti*:
la paz y quietud mental que nada ni nadie
puede perturbar.
El segundo es *Atma Vichara* :
La indagación sutil en tu auténtica naturaleza.
Debes estar constantemente inmerso en la
auto-indagación de ¿Quién soy?
Esta introspección nos salva de la terrible enfermedad
de *ajnana*, la ignorancia.
El tercero es *Samtosha*:
el contentamiento noble, la ausencia de apego
y de aversión hacia los objetos.
El cuarto es *Sadhu-sangha*:
Para todos aquellos que quieren ir más allá de *maya*
(la ilusión), la compañía de los hombres sabios
es el medio infalible.

Estos son los cuatro medios para liberarse del *samsara*,
(el devenir).
Los que han abrazado estos medios se han liberado.
Los que están siempre inmersos en el *atma Vichara*
no se verán afectados por *maya* (la ilusión),
y mantendrán siempre el equilibrio y la estabilidad
como un océano sin olas."

*Laghu Yoga Vasishtha, Mumukshu Prakarana*

" Sin el *vichara*, la Verdad Última no puede ser
comprendida en lo más mínimo.
La Verdad Última se conoce por medio del vichara.
Al conocer la Verdad, hay reposo en el Ser."

*Yoga Vasishtha*

"¿Quién soy yo?
... a esta indagación se la denomina *vichara*"

*Yoga Vasishtha*

"Mediante una mente controlada y un intelecto
purificado, experimenta directamente tu propio
Ser como el mismo *Atman*.
Por este medio, cruza el océano del *samsara* (devenir),
cuyas olas son el nacimiento y la muerte.
Así establecido en la identidad con Brahman como tu
propia esencia, sé eternamente dichoso"

*Sri Shankaracharya - Viveka Chudamani*

A la vez, el Vichara no es la enseñanza más importante de Sri Ramana. La enseñanza más importante no era verbal. Era su transmisión silenciosa, su gracia. El Silencio.

El Silencio del reconocimiento. Silencio que llena los corazones, aquieta las mentes, llevando a la visión directa y no conceptual de la Realidad, como uno mismo (más allá del 'yo'). El fuego transformador de la compañía y de la gracia del Gurú, del ser liberado, del *jivanmukta*.

A Sri Ramana se le conoce como una manifestación de Sri Dakshinamurti, la forma de Shiva que enseña en silencio. Forma de Shiva que mira hacia el sur (dirección simbólica del devenir, la oscuridad, la muerte), sentado en el norte (simbolizado la liberación, la inmortalidad, la luz, el conocimiento).

Que esta profunda selección de conversaciones de Sri Ramana Maharshi sea para nosotros una inspiración para llegar a reconocer, más allá del 'yo', este *Sat Chit Ananda*, la Existencia, Conciencia y Dicha Absolutas como nuestra Esencia y *Atman*.

"Aquellos que han entrado en el excelente
y directo camino del *jnana-Vichara*
(auto indagación)
de 'Quien soy yo?',
nunca se confundirán ni perderán su camino.
La razón es que este camino es tan directo
como la luz del Sol"

*Muruganar, Guru Vachaka Kovai*



Swami Satyananda Saraswati
Arunachala - Catalunya
Kali Yuga 5111 - Mayo 2010

# BIOGRAFÍA

# LOS PRIMEROS AÑOS

Bhagavan Sri Ramana Maharshi nació el 30 de diciembre de 1879, día venturoso por ser el festival de Arudra Darshan. Este día es especialmente reverenciado en India porque en él Shiva apareció ante sus devotos, Gautama y Patanjali.

Ramana fue el segundo de los tres hijos de Sundaram Aiyar, un abogado sin título de la ciudad de Tiruchuzhi, Alagamma. Se le dió el nombre de Venkataraman. Recibió su primera educación en Tiruchuzhi, después asitió a la Escuela Scott y, finalmente, a la misión americana de la Escuela Superior.

Pasó estos primeros años como los demás niños. No era diligente con los estudios, pero sí con los deportes.

La primera anécdota de su joven vida tuvo lugar en noviembre de 1895, cuando, le preguntó a un familiar de dónde venía. Éste le respondió que de Arunachala: la montaña sagrada de Tiruvannamalai, a unos 160 Km. al sur de Madrás. Ello le produjo un sentimiento sorprendente y mágico. Aunque el chico había oído el nombre a menudo, nunca había sentido tanta alegría y respeto por él. Pero el efecto pasó pronto y continuó con su monótona vida.

Transcurrido algún tiempo, cayó en sus manos una copia del *Periapuran*, este libro contiene las biografías de setenta y tres famosos santos tamiles y su lectura le emocionó hasta lo más profundo del alma. No obstante, continuó con su vida hasta mediados de junio de 1896, y entonces tuvo lugar una repentina transformación.

# LA EXPERIENCIA DE LA MUERTE

Un día, mientras estaba sentado a la usanza india en una habitación del primer piso de la casa de su tío, le entró un miedo terrible a la muerte. Aunque estaba bien de salud, sintió que iba a morir. A pesar de este miedo, era claramente consciente de lo que sucedía, y se sentía profundamente intrigado. El misterio de la vida y de la muerte se presentó ante su mente tan viva y directamente que ni por un momento mermó su curiosidad. Y, de pronto, decidió resolver él mismo el problema, sin preocuparse de consultar al médico o a sus amigos.

Lo que sigue es sustancialmente lo que él mismo dijo:

«El sobresalto de la muerte de repente me volvió introspectivo. Me dije mentalmente: "Ha venido la muerte. ¿Qué quiere decir? ¿Qué es lo que se está muriendo? Este cuerpo muere". Cuando dije esto, se manifestaron en mí síntomas de muerte; sin embargo, permanecía consciente de la condición del cuerpo inerte, así como también del "Yo" al margen del cuerpo. Los miembros se pusieron rígidos, la respiración se paró y apenas había síntomas de vida en la envoltura física. "Bien —me dije—, este cuerpo está muerto. Será llevado a un lugar para quemarlo y reducirlo a cenizas. Pero, con la muerte del cuerpo, ¿estoy 'Yo' muerto? Este cuerpo no puede ser el 'Yo', porque ahora está estirado en el suelo, silencioso e inerte mientras que yo siento la fuerza de mi personalidad e incluso el sonido del 'Yo' dentro de mí (separadamente del cuerpo). O sea, que soy el espíritu, algo que la muerte no puede tocar y que trasciende al cuerpo.

No era un mero proceso intelectual, sino vívidas ráfagas de verdad profunda, algo que percibí inmediatamente, casi sin ningún razonamiento. 'Yo' era algo muy real, la única cosa real en aquel estado».

# LA AUTORREALIZACIÓN

«Esta memorable experiencia duró apenas media hora. Después el miedo a la muerte desapareció tan repentinamente como había venido, y ya para siempre. La absorción en el Ser (*Atman*) fue continua desde aquel momento. Otros pensamientos podían fluir como las notas de un músico pero, aunque el cuerpo estuviera ocupado conversando o leyendo, yo continuaba absorto en el Ser (Yo)».

Esta experiencia le cambió por completo, pues perdió todo interés por sus estudios, amigos y familiares, y se concentró en sí mismo: vivió absorto en ese mundo interior que acababa de descubrir, en esa maravilla del "Yo" y del Ser, del existir en el sentido más profundo, más puro y más esencial.

«Más tarde pude comprobar que, sin conocer nada de la vida, no tenía ningún deseo de evitar el renacimiento o buscar la liberación, no sabía que la vida estaba llena de desdicha, tampoco buscaba obtener el desapego o la salvación. No había leído otros libros aparte del *Periapuranam*, las lecciones sobre la Biblia y un poco del *Tayumanavar* o del *Tevaram*. Mi noción de Dios, o *Ishvara*, como yo llamo al Infinito, la deidad personal, era similar a la de los *Puranas*. No había oído hablar de Brahman (Dios impersonal) o *samsara* (el ciclo sucesivo de nacimientos y muertes). No tenía ni idea de que existía una esencia o realidad impersonal que está más allá de las cosas ni de que uno mismo y Dios son idénticos.

En la ciudad de Tiruvannamalai, cuando conocí el *Ribhu Gita* y otros textos, fui descubriendo que estos analizaban y nombraban lo que yo había sentido previamente de un modo intuitivo, sin análisis ni terminología».

# ABANDONA EL HOGAR

Pasó seis semanas en idéntica actitud. El resentimiento de sus familiares iba creciendo al comprobar que no ponía ningún interés en sus estudios.

El clímax de esta situación llegó el 29 de agosto de 1896. En la escuela le castigaron a copiar tres veces una lección de gramática inglesa. Cuando estaba terminando el trabajo, un repentino sentimiento de repulsa le hizo dejar libros y papeles y sentarse en meditación con los ojos cerrados. Su hermano mayor, Nagaswami, que le estaba observando, le reprendió diciéndo: "¿Por qué una persona que se comporta así se sigue aferrando a estas cosas?" Queriendo decir que si realmente deseaba renunciar al mundo, debería hacerlo con seriedad, en vez de dedicarse a asuntos tan dispares.

Venkataramam (Ramana) estuvo pensando durante algunas semanas en lo que su hermano le había insinuado, pero apenas se percataba de nada. Hasta que en una ocasión se preguntó: "¿Qué hago yo aquí?" Inmediatamente su pensamiento se trasladó a Arunachala. Dijo a su hermano que tenía que ir a la escuela para asistir a una clase especial. A lo que él contestó: "Entonces no te olvides de coger cinco rupias de la cajita para pagar mi cuota de la escuela".

Venkataramam cogió el dinero, comprobó en un atlas viejo dónde estaba Tiruvannamalai, y como creyó que tres rupias serían suficientes, dejó el resto del dinero con una carta en un lugar visible tras lo cual partió hacia la estación.

La carta decía:

"Yo empiezo ahora la búsqueda de mi 'Padre' y obedeceré su mandato. Esto es una empresa virtuosa, por lo tanto, nadie tiene por qué apenarse. Para averiguar Su paradero no es necesario tener dinero. No he pagado tu cuota de la escuela. Aquí dejo dos rupias. Así..."

Las palabras de la carta son significativas. Empieza con el pronombre personal, 'yo', pero pronto pasa al impersonal 'este', el Venkataramam que él había sido. Finalmente dejó la carta sin firmar, como si no hubiera nadie para hacerlo.

## ARUNACHALA

Arunachala es una colina pedregosa y árida situada, a unos novecientos metros sobre el nivel del mar. Hay tradiciones muy antiguas que la consideran la personificación de Shiva (Dios) y, por eso, según dice la tradición, es el lugar más sagrado de la Tierra.

Cuando Ramana, el nombre con el que después sería conocido, llegó a la estación de Tiruvannamalai el 1 de septiembre de 1896, contempló la montaña, y al pie de la misma el famoso templo en honor de Arunachaleshwara[1]. Con paso rápido se dirigió al templo. Todas las puertas estaban abiertas y no había nadie presente cuando llegó al interior del santuario, donde permaneció extasiado durante algún tiempo.

## EL JOVEN ASCETA

Cuando salió del templo estuvo caminando sin rumbo por el pueblo. Al acercarse al estanque Ayyankulam, tomó los restos de algunos dulces que le habían dado durante su viaje y, los tiró dentro del agua y exclamó: "A este bloque (refiriéndose al cuerpo), ¿por qué darle dulces?". Por el camino alguien le preguntó si quería que le afeitase la cabeza; accedió y luego se desnudó; desgarró un trozo de tela de su vestido[2] y

1. Deidad a la que está dedicada el templo.

cubrió sus partes. Tiró también el sagrado cordón de la casta de los brahmines[3] y el poco dinero que le quedaba".

Finalmente, Ramana se quedó en la Sala de las Mil Columnas del gran templo Arunachaleshwara. Transcurrido algún tiempo, un grupo de muchachos comenzó a comportarse violentamente con él; lo apedreaban cuando estaba sentado en meditación, lo que le obligó a refugiarse en un pequeño y lúgubre subterráneo de la misma sala, conocido con el nombre de "*Patala Lingam*", donde los rayos del sol nunca habían penetrado. Nadie tenía el coraje de entrar por lo oscuro e insano que era. Se desconoce cuántos días pasó allí oculto, pero, cuando lo vieron por primera vez, lo hallaron en un estado lamentable, absorto en meditación, inconsciente de su cuerpo, a pesar de que sus piernas habían sido mordisqueadas por los diferentes animales que habitan aquellos lugares. Sus heridas estaban llenas de sangre y pus.

## LA VISITA DE LA MADRE

Ramana estuvo en bastantes y sitios diferentes hasta que llegó a Gurumurtham[4], donde empezó a ser conocido. Más tarde se mudó al huerto de los mangos, donde le visitó su tío Nelliappier, que trató de persuadirle en vano de que volviese a casa. Transcurridos algunos meses marchó a un pequeño templo situado en la ladera de la montaña. En la Navidad de 1898 lo visitaron su madre y su hermano mayor, que cada día trataban de influenciarlo con promesas, llantos y ruegos. Un devoto, movido por el sufrimiento de la madre, pidió a Ra-

2. El trozo de tela al que se alude es un sencillo taparrabos que se conoce en sánscrito con el nombre de *koupinam*.
3. Casta sacerdotal de la India.
4. Lugar de retiro de los ascetas, situado en la montaña Arunachala.

mana que le diese una respuesta por escrito, puesto que se había encerrado en un mutismo que duraba ya tres años. Ramana escribió lo siguiente en un trozo de papel : "El que ordena, controla el destino de las almas de acuerdo con sus acciones pasadas (*prarabdha karma*). Cualquier cosa que no está destinada a suceder, no sucederá por mucho que uno se empeñe. Lo que está destinado a ocurrir, ocurrirá, hagas lo que hagas por evitarlo. Esto es cierto. La mejor conducta, por tanto, es guardar silencio". Tras esta respuesta, madre y hermano se marcharon muy apenados. Años después, la madre y el hermano pequeño decidieron trasladarse a vivir con él.

## SUS ENSEÑANZAS

Después de irse su madre, el joven Ramana se mudó a la cueva Virupaksha[5], donde pasó bastantes años. Ramana contestaba a las preguntas que le hacían claramente y con brevedad. En general, su enseñanza estaba libre de los términos técnicos que tanto abundan en los libros. Hablaba como escribía.

Otro de sus rasgos es que enseñaba más con el silencio que con las palabras. Llegaban visitantes de todas partes con un montón de preguntas, pero se daban cuenta de que se habían evaporado al cabo de un tiempo de estar en su presencia. Ramana escribió pocos libros, todos ellos muy breves, pero llenos de significado. Cuando lo hizo, no fue por su propia voluntad, sino porque se lo pidieron sus discípulos. Asimismo, a petición de ellos, tradujo algunos textos a la lengua tamil[6].

Otro aspecto que lo caracterizaba era el hecho de que las

5. Cueva situada en la ladera de la montaña Arunachala.

6. Una de las lenguas habladas en el sur de la India

alabanzas o las críticas no le afectaban, no veía ninguna diferencia entre él y los demás, ni tampoco entre una persona y otra. Para él no existía el sexo, la fortuna, ni el estatus social; su sentido de igualdad era absoluto, incluso con los animales –perros, gatos, pájaros, ardillas, vacas, monos... –los trataba como si fueran humanos. Aunque parezca increíble, ante él no había ningún ignorante o pecador.

## SRI RAMANASHRAMAM

De la cueva Virupaksha se trasladó a la cueva Skandashramam, ambas situadas en la misma montaña, donde estuvo viviendo durante varios años. Con el tiempo, esta última se convirtió en un pequeño *ashram* (comunidad). Su madre, que había ido a vivir con él, falleció unos años después y fue enterrada al pie de la colina, lugar que Ramana frecuentó durante seis meses hasta que un día se quedó a vivir allí. Ésta es la razón por la que en ese enclave está situado el actual *ashram.*

Ramana dijo una vez: "No me fui de Skandashramam por mi propia voluntad; algo me dirigió aquí y yo obedecí, fue la voluntad divina". Y con este acontecimiento comenzó un nuevo período de la historia de su vida. Desde entonces sus enseñanzas e influencias se extendieron rápidamente por toda la India y el extranjero. Aumentó el número de visitantes que lo encontraban siempre disponible, a cualquier hora del día. Nadie tenía que ser anunciado o recibir permiso para estar ante su presencia, ni estaba obligado a nada. Entraban, se postraban, se sentaban en cualquier rincón y hacían las preguntas que les preocupaban, a lo que Ramana les contestaba directa y simplemente.

La rutina diaria que él y sus discípulos seguían en el *ashram* era la siguiente: Ramana se levantaba entre las tres y las cuatro de la mañana, hacía sus abluciones y se sentaba en el sofá. Algunos discípulos empezaban el día con cantos védicos (antiguas Escrituras). Hacia las siete y media tomaban un desayuno frugal, según la costumbre del sur de la India. Luego, él volvía al sofá, donde recibía a los visitantes que entraban durante la jornada. Entre sus discípulos había un reparto del trabajo; unos recogían flores y hacían guirnaldas, otros buscaban agua y preparaban la comida para ofrecer en la *puja* (ceremonia). Algunos hacían la ceremonia en el *samadhi* (tumba sagrada) de la madre, o bien se ocupaban en tareas literarias o recogían verduras y las preparaban para cocinar. El hermano menor de Ramana, swami Niranjananda supervisaba todo el trabajo. Hacia las once y media se comía, seguía un descanso, y a las tres y media de la tarde se tomaba café o té muy suave. Al atardecer se hacia una meditación, seguida de la cena; terminada ésta hacia las siete y media, volvían de nuevo a la sala hasta las nueve de la noche.

## MAHA NIRVANA (LA GRAN ABSORCIÓN)

A finales de 1948 le apareció en el codo izquierdo una pequeña hinchazón, que gradualmente aumentó de tamaño y se hizo dolorosa. En febrero de 1949 se había convertido en un bulto del tamaño de un limón. El doctor del *ashram* se lo extirpó mediante una operación, pero al cabo de poco tiempo el tumor volvió a brotar. Cirujanos de Madrás lo examinaron, y al encontrarlo maligno, decidieron operarlo de nuevo, y más tarde lo trataron con radio. Pero volvió a crecer y, al ser sarcomático, que en sus estadios más adelantados es fatal y muy doloroso, los doctores sugirieron amputarle el brazo por

la parte superior con la esperanza de salvar la preciosa vida de Ramana. Él, con una sonrisa, contestó: "No hay necesidad de alarma. El cuerpo es una enfermedad. Dejémosle que tenga un fin natural. ¿Por qué mutilarlo? Simplemente arreglar y cuidar la parte afectada es suficiente". También lo vio un especialista en hierbas medicinales, pero fue en vano.

En agosto le operaron por tercera vez y una cuarta en diciembre; para entonces, utilizaron homeopatía. Pero no pudieron detener la enfermedad; le apareció otro tumor en la axila, que se desarrolló rápidamente. Le trataron dos médicos famosos de la medicina natural india, conocida como Ayurveda, pero sin ningún éxito. La parte superior del brazo estaba terriblemente hinchada. Durante este largo período de dolor y enfermedad, Ramana se mostró completamente indiferente. No se inclinaba por ningún tratamiento. Cuando sus devotos ya no supieron qué hacer con la enfermedad, uno de ellos le preguntó cuál era el procedimiento a seguir y Ramana le respondió: "¿Acaso he pedido alguna vez algún tratamiento? Sois vosotros los que queréis esto o aquello, por lo tanto, sois vosotros quienes tenéis que decidir. Si me hubieseis preguntado, yo os habría dicho siempre, como os dije en un principio, que no es necesario ninguna cura. Dejad que todo siga su curso".

Cuando ellos le rogaron que hiciese uso de su potente voluntad para curarse, contestó: "Todo ocurrirá correctamente a su debido tiempo". Y les preguntó: "¿Quién quiere esto?"

Ramana continuó su vida normal hasta que su cuerpo físico no pudo más. Incluso durante sus últimos días, cuando no era capaz de salir de su habitación, continuaba dando *darshan* (bendiciones) a los cientos de seguidores que llegaban hasta él. En una ocasión, durante los últimos meses, Ramana dijo a un ansioso asistente: "Cuando acabamos de comer (en el sur lo hacen en una hoja de platano), ¿acaso

guardamos la hoja-plato que hemos utilizado? Además, el *jñani* se alegra de que la muerte le alivie del cuerpo, como el sirviente se alegra de dejar en el suelo una carga pesada".

En otra ocasión, con una mirada de compasión consoladora dijo a un devoto: "Ellos creen que este cuerpo es Ramana y le atribuyen este sufrimiento. ¡Qué lástima! Se desaniman porque Ramana les abandona y se marcha, pero ¿a dónde podría irse y cómo?" Y, al fin, llegó el viernes 14 de abril de 1950. Se hallaba en condiciones muy precarias de salud. Toda la mañana había transcurrido para los devotos sin respirar y en un silencio melancólico. Después del *darshan* de la tarde, al que asistieron más de 1.500 personas, todos sin excepción presintieron que sería el último. El Maestro, para poder respirar mejor, estaba casi sentado, apoyado en grandes almohadones. A las siete de la tarde le fue administrado oxígeno durante unos minutos, pero viendo que no le aliviaba, muy débilmente él mismo pidió que parasen. La situación era tensa. Cuando el final se acercaba, toda la congregación al unísono empezó a cantar hasta las ocho y cuarenta y siete los himnos que él había compuesto en alabanza al señor Arunachala: "¡Arunachala Shiva, Arunachala Shiva, Arunachala!". Muchos discípulos sintieron un dolor profundo y agonizante cuando vieron la figura del Maestro en la sala del *darshan* sentado en la postura de yoga. Fue cubierto inmediatamente con flores de jazmín y el incienso de pasta de sándalo ardía junto a él.

Cerca de las nueve de la noche, el señor Cartier Bresson, un fotógrafo francés, relató una experiencia a un discípulo de Ramana, el señor S.S. Cohen. Dijo: "Fue una experiencia asombrosa; Yo estaba en un espacio abierto, frente mi casa, cuando mis amigos llamaron mi atención para que mirara al cielo; vi una estrella fugaz vivamente luminosa, diferente de todas las que había visto antes. Venía del sur y, moviéndose

lentamente a través del cielo, alcanzó el punto más alto de Arunachala para desaparecer por detrás. Por su singularidad todos adivinamos su importancia e inmediatamente miramos nuestros relojes, eran las ocho cuarenta y siete. Nos fuimos corriendo al *ashram* sólo para comprobar que nuestro presentimiento era una penosa realidad; el Maestro había pasado al *Maha-Nirvana*[7] en aquel mismo minuto. Otros seguidores, en el *ashram* y en el pueblo, me dijeron más tarde que también habían visto el meteoro profético". Muchos seguidores pasaron la noche cantando los *Vedas*, hasta las once y media de la mañana siguiente, cuando el cuerpo fue llevado a la parte sur de del *ashram*. Allí le cubrieron la cabeza con leche, yogurt, leche de manteca, zumo de naranja, plátanos machacados, zumo de yaca (fruta), leche de coco, etc. Además, había botellas de agua de rosas, perfumes de todas clases y aceites de olores agradables. Luego le colocaron grandes guirnaldas de flores y de jazmín alrededor del cuello y por todo el cuerpo.

Cerca de las seis y media de la tarde del 16 de abril se puso el cuerpo en un palanquín y fue observado por unas cuarenta mil personas. Después se trasladó al *samadhi* (tumba). Le colocaron en la misma postura de loto, dentro de un saco de hilo fino que luego se llenó con alcanfor puro y que depositaron dentro de la tumba. La tumba se cubrió hasta el borde con alcanfor, sal y cenizas perfumadas para preservar el cuerpo de los gusanos y de una rápida descomposición, y se cerró con trabajo de albañilería.

7. Proceso por el que el espíritu abandona el cuerpo definitivamente. Muerte física.

# CAPITULO PRIMERO
# ¿QUIÉN SOY YO?



Esta tarde un visitante ha comentado a Bhagavan: «No hay duda de que el método de usted es directo, pero es tan difícil que no sabemos por dónde empezar. Si empiezo preguntando: "¿Quién soy yo?, ¿quién soy yo?", como un mantra, me aletargo. En cualquier otro método antes de empezar se dan unas explicaciones que luego se siguen paso a paso. Pero en el de Bhagavan no hay preliminares y buscar el Ser de inmediato, aunque directo, es arduo».

R.: «Tú, tú mismo, estás de acuerdo en que es el método directo. Es el método directo y fácil. Cuando vamos detrás de otras cosas, externas a nosotros, nos resulta tan sencillo... ¿Cómo puede sernos tan difícil ir hacia nuestro propio Ser? Preguntas dónde empezar: No hay principio ni fin. Tú mismo eres el inicio y la conclusión. Se te puede decir cómo comenzar, cómo seguir y cómo llegar si tú estás aquí, el Ser está en otra parte, y tienes que alcanzarlo. Suponte que ahora que

estás en Ramana Ashramam y dices: "Deseo ir a Ramana Ashramam. ¿Cómo saldré y cómo llegaré?"¿Qué podemos contestarte? Un hombre que busca al Ser es un ejemplo de esta situación. Él siempre es el Ser y no otra cosa.

Preguntas "¿quién soy yo?". Cuando estas palabras se pronuncian reiterativamente, se transforman en *japa* (repetición de un mantra). Pero uno no debería hacer esto, pues de ese modo el pensamiento no morirá facilmente. Todos los *japas* utilizan el mantra para excluir los demás pensamientos. El hombre usa este *japa* como técnica: excepto el del mantra, los demás pensamientos morirán gradualmente y finalmente también lo hará éste. El *japa* siempre funciona en nuestro interior porque nuestro Ser es de su misma naturaleza. Si apartamos los demás pensamientos, veremos que el *japa* está siempre ahí, sin hacer ningún esfuerzo por nuestra parte.

En el método directo, como tú lo llamas, pregúntate: "¿Quién soy yo?". Se te dice que te concentres dentro de ti mismo donde aparece el yo-pensamiento (la raíz de los demás pensamientos). Como el Ser no está en el exterior sino dentro de ti, se te dice que te sumerjas dentro, en vez de ir hacia afuera, y ¿qué puede ser más fácil que ir hacia ti mismo? Pero a algunos este método no les atrae porque es cierto que para ellos es difícil. Por eso se han enseñado otros métodos, y así a cada uno le seduce aquel que le resulta más fácil. Eso depende de la forma de ser de cada cual. Aunque a determinadas personas no les atrae nada excepto el *Vichara marga* (camino de la indagación).

La mayoría me hacen preguntas sobre ver y conocer. Pero ¿quién es el conocedor, el vidente? Sea cual sea el método que uno escoja, siempre existirá el hacedor; no puede esquivarse y tiene que ser encontrado. La *sadhana* (práctica) no puede finalizar hasta entonces. de esta manera es como todos llegan a encontrar "¿quién soy yo?" Tú te quejas de que no

hay un método preestablecido. Para ello tienes el "Yo": Sabes que existes siempre, mientras que el cuerpo no existe siempre. Esto sucede, por ejemplo, durante el sueño, cuando se revela que existes incluso sin él. Nosotros al identificar el "'Yo" con el cuerpo, consideramos que el Ser tiene un cuerpo que es limitado; ésta es la base de todos nuestros problemas. Lo que tenemos que hacer es abandonar esta identificación con formas y lindes; de este modo nos conoceremos como el Ser que siempre somos».

P.: «Respecto a la técnica de la *sadhana* (prácticas espirituales), ¿puedo creer que no hay nada más que conocer que lo que se ha escrito en sus libros? Esta pregunta surge porque en los otros sistemas de *sadhana*, el *sadguru* (maestro verdadero) revela alguna técnica secreta de meditación a sus discípulos en el momento de la iniciación».

R.: «No hay nada más que necesites conocer y que no se encuentre ya en los libros. No hay técnica secreta. Por ello, es un método directo y carente de misterios».

(*D. D.* 8-10-46)



La tarde del día ocho tuvo lugar una conversación con un joven *sadhu* (asceta) del norte de la India:

P.: «Deseo conocer quién soy yo. El *Arya Samajist*[8] dice que soy el alma y que, si purifico mi mente e intelecto, podré ver a Dios. No sé qué hacer. Por favor, Bhagavan, ¿qué he de hacer?»

R.: «Has usado una serie de palabras. ¿Qué quieres decir con alma, mente, intelecto y Dios? Y ¿dónde está Dios y dónde estás tú para tener que ir y verle?»

P.: «No sé lo qué significan estos términos».

8. Movimiento religioso reformista del hinduismo.

R.: «Entonces no te preocupes de lo que te dice el *Arya Samajists*. No sabes acerca de Dios y de otras cosas, pero sabes que existes. No hace falta que dudes de ello. Entonces, encuentra quién eres».

P.: «Eso es lo que quiero conocer. ¿Cómo puedo encontrarlo?»

R.: «Expulsa los demás pensamientos y trata de encontrar en qué lugar de tu cuerpo aparece el "yo"».

P.: «¡Pero soy incapaz de hacerlo!»

R.: «¿Por qué? Si puedes pensar en otras cosas, también puedes reflexionar acerca del "yo" y en qué parte lo sientes. Si lo que quieres decir es que otros pensamientos te distraen, entonces, el único camino es interiorizar tu mente cada vez que se despista y fijarla en el "yo". Pregúntate cada vez que aparece una idea: ¿A quién le viene este pensamiento? La respuesta será: "A mí". Agárrate a este "mí"».

P.: «¿Tengo que repetir "¿quién soy yo?" para hacer un mantra de ello?»

R.: «No. "¿Quién soy yo?" no es un mantra. Quiero decir que tienes que encontrar dónde aparece en ti el yo-pensamiento que es el origen de todos los pensamientos. Pero si encuentras este camino de la indagación demasiado difícil, entonces puedes ir repitiendo: "Yo, yo", y ten por seguro que eso te conducirá a la misma meta. No hay ningún perjuicio en usar "yo" como un mantra. Es el primer nombre de Dios.

Dios está en todas partes, pero concebirlo es difícil. No obstante, los libros dicen: "Dios está en todas partes, Él también está dentro de ti. Tú eres Brahman (Dios)"; por lo tanto, acuérdate: "Yo soy Brahman". La repetición de "Yo" te llevará a la realización de "Yo soy Brahman"».

(*D. D.* 8-5-46)

Señor Joshi: «¿Debería continuar preguntándome "¿quién soy yo?", sin responder "¿quién pregunta a quién?" ¿Cuál debería ser mi actitud mental en el momento de la indagación? ¿Quién es el "yo", el Ser o el ego?»

R.: «En la indagación"¿quién soy yo?", el yo es el ego. La pregunta, en realidad significa : "¿Cuál es la fuente u origen de este ego? No necesitas tener ninguna actitud mental. Todo lo que precisas es desechar el pensamiento de que tú eres el cuerpo, de que tienes este o aquel aspecto, de que tu nombre es tal o cual, etc. No necesitas tener ideas preconcebidas acerca de tu verdadera naturaleza. Ella existe como siempre ha sido; es real y no es el pensamiento o las ideas preconcebidas».

P.: «No puedo estar ocupado siempre en esta indagación, porque tengo otros trabajos que hacer, y cuando los hago me olvido de esta búsqueda».

R.: «¿Dejas de existir cuando haces otros trabajos? Existes siempre, ¿no es cierto?»

(*D. D.* 3-1-46)



P.: «¿Es suficiente si paso algún tiempo por la mañana y también por la tarde en el *Atma Vichara* o debería hacerlo siempre, incluso cuando escribo o paseo?»

R.: «Cuándo eres tu verdadera naturaleza? ¿Cuando escribes, cuando paseas o cuando "eres"? Siendo se expresa la realidad inalterada. Hasta que no realices ese estado del Ser puro debes continuar con la indagación. Una vez te hayas establecido en él, no necesitarás preocuparte. A no ser que aparezcan, nadie investiga el origen de los pensamientos. Cuando pienses: "Estoy paseando" o "estoy escribiendo", pregúntate quién hace esas acciones. Cuando se está estable-

cido en el Ser, éstas van sucediéndose naturalmente. ¿Acaso un hombre se dice en cada momento de su vida: "Yo soy un hombre", "yo soy un hombre", "yo soy un hombre". No lo hace y, no obstante, todas sus acciones se van llevando a cabo».

P.: «¿Es necesaria una comprensión intelectual de la verdad?»

R.: «Sí. De otra manera, ¿por qué la persona, no realiza a Dios o al Ser en un santiamén, tan pronto como se le dice que Dios es todo, o que el Ser es todo? Este hecho demuestra dudas por su parte. Uno tiene que argumentar consigo mismo y, gradualmente, convencerse de la Verdad antes de que su fe se haga firme».

(T. 16-2-38)



P.: «Si voy rechazando los pensamientos, ¿puedo llamar a esto *Vichara*?»

R.: Puede llamarse "poner la primera piedra". Pero, en realidad, *Vichara* empieza cuando tú te adhieres a tu Ser y estás libre del movimiento mental, de las ondas de pensamiento».

P.: «Luego, ¿ *Vichara* no es intelectual?»

R.: «No, es *Anthara Vichara*, búsqueda interna».

P.: «¿Eso es *dhyana* (meditación)?»

R.: «Con la práctica uno se sitúa en la posición "libre del ataque de los pensamientos", a eso se le llama *abhyasa* o *sadhana*. Estás atento, pero la condición crece en intensidad y profundidad cuando te has liberado de todos los esfuerzos y responsabilidades; eso es el estado de *arudha* o *siddhi* (perfección)».

(S. D. B.)

P.: «¿Puedo prescindir de las prácticas externas y por mi propio esfuerzo ahondar en una verdad más profunda?»

R.: «Así es. Pero el hecho de que estés dedicado a la indagación del Ser es una manifestación de la gracia divina que está irradiando en el corazón, que es el Ser interno, el Ser real. Ella te atrae desde el interior, tú tienes que tratar de llegar desde el exterior. Tu intento es *Vichara* (indagación seria), el profundo movimiento interno es gracia. Por ello, yo digo que no hay verdadero *Vichara* sin la gracia, que no hay gracia activa para aquel que no practica *Vichara*. Ambas son necesarias».

(S. D. B.)



P.: «Mientras estoy ocupado con el *Atma Vichara* (la indagación del Ser), me duermo. ¿Cuál es el remedio para ello?»

R.: «Practica *nama-sankirtana* (canta el nombre de Dios)».

P.: «Pierdo el control cuando duermo».

R.: «Es verdad. Deberías reanudar inmediatamente la práctica cuando despiertas. El durmiente no se preocupa por el *Atma Vichara*, por lo tanto, no tiene que practicar nada. El que convendría que lo hiciera es el que lo desea, el que despierta».

(T. 30-4-38)



Lakshman brahmachari de la Ramakrishna Mission preguntó: «En la investigación de "quién soy yo" o del yo-pensamiento, siendo él mismo un pensamiento, ¿cómo puede destruirse dicho pensamiento en el proceso?»

R.: Cuando a Sita se le preguntó quién era su esposo de entre un grupo de *rishis* (sabios-videntes), siendo su esposo Rama, un *rishi* más de ellos y estando presente en el bosque, ella, Sita, fue negando a cada uno de los *rishis* que las esposas iban señalando, pero cuando señalaron a su esposo no dijo nada, simplemente hizo un gesto de asentimiento con la cabeza. Su silencio fue elocuente. De la misma manera, el Veda (Sagradas Escrituras) es también elocuente en el "neti, neti" ("no es esto, no es esto"), y luego permanece en silencio, que es su estado real. Éste es el significado de la exposición al silencio. Cuando se alcanza el origen del yo-pensamiento, éste desaparece y lo que permanece ahí es el Ser».

P.: «*Los Yoga sutras de Patanjali* hablan de identificación».

R.: «Identificación con el Supremo es solamente otro nombre para referirse a la destrucción del ego».

(T. 6-1-36)



En una ocasión B. V. Narasimha Swami, autor de *Self realization* preguntó: ¿Quién soy yo? ¿Cómo puedo encontrar este "yo"?»

R.: «Hazte la pregunta. El cuerpo físico y sus funciones no son el "yo". El próximo paso nos lleva a la siguiente cuestión: "¿De dónde provienen estos pensamientos?" Los pensamientos son espontáneos, superficiales o analíticos; operan en el intelecto. Entonces, ¿quién es consciente de ellos? Para el individuo, la existencia, la captación y las operaciones, de sus pensamientos son evidentes. El análisis nos lleva a la conclusión de que la persona opera como el conocedor de la existencia de pensamientos y sus secuencias. Esta individualidad es el ego, o lo que la gente llama "yo". El intelecto es solamente la envoltura del "yo-ego" y no el mismo "Yo".

Continuamos investigando y aparece la pregunta: "¿Quién es este "Yo"? ¿De dónde procede?

Cuando dormía yo no era consciente. A la vez, cuando el "yo-ego" aparece, el dormir se transforma en soñar o en estado de vigilia. Pero ahora no soy el mismo que cuando me hallo en el estado de sueño. Entonces, ¿quién soy "yo" ahora, en estado de vigilia? Si mi origen es el sueño, en ese caso el "yo" está cubierto por la ignorancia. Tal "yo" inconsciente no puede ser aquel del que hablan las escrituras o el que afirman los sabios. Existo más allá del "sueño". Debo ser aquí y ahora, también en los estados de vigilia y del sueño, sin tener que identificarme con ellos. Por lo tanto, he de ser la esencia ilimitada que está por debajo de esos tres estados. En resumen: el "Yo" está más allá de las cinco envolturas.[9] Lo que queda después de descartar todo lo que compone el yo-ego es el Ser: Sat-Chit-Ananda (existencia - conciencia - felicidad infinita)».

P.: «¿Cómo ha de ser conocido o realizado el Ser?»

R.: Trascendiendo el presente plano de relatividad. Un ser separado cree conocer algo aparte de sí mismo, es decir, el sujeto reconoce al objeto. El vidente es el sujeto y lo visto es el objeto. Tiene que haber algo que aparece como ego, que une estos dos aspectos. Este ego tiene la naturaleza de *chit* (inteligencia); *achit* (el objeto) es solamente la negación de chit. Por lo tanto, la esencia es análoga al sujeto, y no al objeto. A través del proceso de observar al sujeto, el objeto observado se hace más sutil, hasta que desaparece, quedando solamente el sujeto. Este proceso se llamado *Drysia Vilaya* (la desaparición del mundo objetivo).

P.: «¿Por qué deberían eliminarse los objetos? ¿No puede realizarse la verdad permaneciendo los objetos tal como son?»

9. El término hace referencia a los cinco cuerpos que componen el ser humano: los cuerpos físico, intelectual, emocional, mental y de felicidad.

R.: «No. La eliminación del mundo objetivo significa la eliminación de la separación entre el sujeto y el objeto. El objeto no es real. Todo el mundo objetivo, incluyendo el ego, es el objeto. Eliminando lo no-real, la realidad sobrevive; cuando una cuerda se confunde con una serpiente, para que la verdad se revele es suficiente con retirar esta percepción errónea. La verdad no se desvelará sin esta eliminación».

P.: «¿Cuándo y cómo tiene que ser efectuada la desaparición del mundo objetivo?»

R.: «Es completa cuando se elimina la relatividad del sujeto, llamada mente, creadora del sujeto y del objeto, y causa de la dualidad. Por consiguiente, es el origen de la equivocada noción del ser limitado y de la miseria que se deriva de tal idea».

(T. 4-2-35)



Un visitante, el señor K. S. N. Iyer de la S. I. Railway, dijo: "Hay una insignificante parada en mi meditación. Cuándo me pregunto "¿quién soy yo?", mis razonamientos son estos: Veo mi mano. ¿Quién la ve?: mi ojo ¿Cómo verlo?: en el espejo. Por lo tanto, para verme tiene que haber un espejo. ¿Cómo es posible que me vea reflejado en el espejo? Ésta es mi pregunta."

R.: «Entonces por qué investigas "¿quién soy yo?" ¿Por qué dices que estás preocupado o molesto? Podrías permanecer en silencio. ¿Por qué pierdes tu serenidad?»

P.: «Investigar así me ayuda a concentrarme. ¿Es la concentración el único beneficio?»

R.: «¿Qué más deseas? La concentración es el objeto. ¿Qué es lo que te saca de tu silencio?»

P.: «Se me arrastra a salir de él».

R.: «La indagación "¿quién soy yo?" significa encontrar el origen del "Yo". Cuando lo encuentras, te das cuenta de la razón por la que investigas».

(T. 21-7-35)



Una señora culta, hija de un famoso abogado de Madrás, preguntó: «¿Qué es lo que uno debería hacer para permanecer libre de pensamientos como tú aconsejas? ¿Es únicamente la investigación "¿quién soy yo?"».

R.: «Sólo permanece en silencio. Hazlo y mira qué te pasa».

P.: «Es imposible».

R.: «Exactamente. Por esta misma razón se te aconseja indagar "¿quién soy yo?"».

P.: «Cuando me hago la pregunta no obtengo ninguna respuesta desde el interior».

R.: «¿Qué clase de respuesta esperas? ¿No estás tú ahí? ¿Qué más deseas?»

P.: «Los pensamientos aparecen continuamente».

R.:«En el mismo instante en que aparecen los pensamientos, hazte siempre la misma pregunta:"¿Quién soy yo?"».

P.: «De acuerdo. Pero ¿debería hacerlo con cada pensamiento? ¿Es el mundo solamente nuestro pensamiento?»

R.: «Deja que sea el mundo quien se haga la pregunta sobre cómo se manifiesta».

P.: «¿Quieres decir que no está relacionado conmigo?»

R.: «En el dormir profundo no se percibe nada; solamente después, al despertar, se capta todo.

El mundo se manifiesta cuando aparecen los pensamientos. Por lo tanto, ¿qué es el mundo, sino pensamiento?»

(T, 7-1-37)



Un hombre joven de Dindigul habló a Sri Bhagavan y le dijo lo que había aprendido durante su estancia de unos pocos días: que todo lo que necesitaba era preguntar: "¿Quién soy yo?". También deseaba conocer si se nescesitaba practicar alguna disciplina. Comenzó con la pregunta: "¿Dónde debo estar para hacer la indagación? ¿En la presencia física del Maestro?"

R.: «La indagación debería hacerse desde donde el "Yo" es».

P.: «La gente trabaja para ganarse el *summum bonum* de la vida. Yo creo que no están en el camino correcto. Sri Bhagavan hizo grandes austeridades y alcanzó la meta. Como desea que todos la alcancen también, por eso ayuda. Sus prácticas ascéticas deberían ayudar a otros a alcanzar la meta más fácilmente. No necesitan sufrir todas las dificultades que tuvo que pasar. Sri Bhagavan ha hecho que su camino sea más accesible; él ha hecho más accesible su camino. ¿Estoy en lo cierto?»

Maharshi se rió y dijo: "Si así fuera, a cada uno de vosotros os sería muy fácil alcanzar la meta; sin embargo, tenéis que trabajároslo".

(T. 1-10-36)



Un europeo preguntó: «¿Cómo contesta usted a la pregunta: "¿Quién es usted?"».

R.: «Hazte la pregunta: "¿Quien soy yo?"»

P.: «Por favor, dígame como ha encontrado esta respuesta. Yo no soy capaz de encontrarla por mí mismo. El "Yo" es el resultado de las fuerzas biológicas. Te lleva al silencio. Deseo saber cómo lo encuentra el Maestro».

R.: «¿Crees acaso que el silencio se encuentra mediante la lógica, el intelecto o a través del análisis científico?»

P.: «Según J. C. Bose, la naturaleza no hace ninguna diferencia entre un gusano y un hombre».

R.: «¿Qué es la naturaleza?»

P.: «Es lo que existe».

R.: «¿Cómo conoces su existencia?»

P.: «Por mis sentidos».

R.: «"Mi" implica tu existencia. Pero tú estás hablando de otra existencia. Debes existir para hablar de mis sentidos. No puede haber "mi" sin el "yo».

P.: «Soy una pobre criatura. Vengo a preguntarle, al gran Maestro que es usted, qué es la existencia. No hay nada especial en la palabra "existencia". Él existe, yo existo y otros existen. ¿Qué pasa con esto?»

R.: «La existencia que cualquier persona afirma muestra tu propia existencia. "Existencia" es tu naturaleza».

P.: «No hay nada extraño en lo que existe».

R.: «¿Cómo es que conoces mejor la existencia de lo que te rodea más que tu propia existencia?»

P.: «¿Qué hay de nuevo en la existencia de algo? Leo en su libro que la pregunta que uno debería hacerse es: "¿Quién soy yo?". Deseo conocer: "¿Quién eres tú ?". Tengo mi propia respuesta; si otros dicen lo mismo, y si lo repiten millones de personas, la existencia será probable. Deseo una respuesta positiva a mi pregunta y no jugar con las palabras».

R.: «Con estos cuestionamientos te limitas al mundo de las probabilidades».

P.: «Sí. No hay certeza. Ni siquiera se puede demostrar la existencia de Dios».

R.: «Deja de lado a Dios por el momento. ¿Qué dices de ti mismo?»

P.: «Deseo la confirmación del Ser».

R.: «Quieres la confirmación de los demás. Cada uno se dirige a otro con un "tú", aunque se nombra a sí mismo con un "yo". La confirmación viene solamente desde el "yo""; ni siquiera hay "tú". Todo está comprendido en el "Yo". El otro solamente puede ser conocido cuando se señala al Ser. Los demás no existen sin el sujeto».

P.: «Esto no es nada nuevo. Cuando estaba con Sri C.V. Raman, me dijo que la teoría del olor podía aplicarse desde la suya de la luz. El olor no necesita ya esclarecerse desde el punto de vista de la química. Ahora hay algo nuevo: el progreso. Esto es lo que quiero decir cuando afirmo que en todo lo que he escuchado aquí no hay nada novedoso».

R.: «El "Yo" nunca es nuevo. Es eternamente el mismo.

P.: «¿Quieres decir que no hay progreso?»

R.: «Es una mente extrovertida la que percibe el progreso. Cuando la mente es introvertida y se busca al Ser, todo está en calma».

P.: «¿Y la ciencia? ¿Qué hay de ella?»

R.: «La ciencia acaba en el Ser. El Ser es su finalidad.

(Eran las 5 de la tarde Sri Bhagavan dejó la sala y el europeo se fue a la estación.)»

(T. 2-4-37)



El señor Ganpatram preguntó: «¿Cómo encontraré 'quién soy yo'?"»

R.: «¿Hay acaso dos seres para que uno tenga que encontrar al otro?»

P.: «El Ser es Uno pero el "Yo"tiene dos aspectos; estos dos aspectos son el pensador y el pensamiento. Tras un silencio prolongado continuó preguntando: «Por favor, dígame cuándo realizaré el "Yo". ¿Tengo que hacer *japa,* (repetir) 'quién soy yo'?»

R.: «No se requiere la repetición continuada».

P.: «Tengo que pensar: "¿Quién soy yo?"».

R.:«Tú te das cuenta de que el yo-pensamiento aparece; fíjate en él y encuentra su raíz».

P.: «¿Cómo puedo hacerlo?»

R.:«Hazlo como te acabo de decir y observa».

P.: «No entiendo lo que tengo que hacer».

R.:«Si el camino fuese objetivo, se enseñaría objetivamente, pero es subjetivo».

P.: «No obstante, no lo entiendo».

R.:«¡¿Qué?! ¿Es que no entiendes que tú eres (el Ser)?»

P.: «Por favor, dígame el camino».

R.:«¿Es necesario que te enseñe el camino al interior de tu propia casa?, está dentro de ti».

P.: «¿Qué es lo que me aconseja que haga?»

R.:«¿Por qué deberías hacer algo? Solamente quédate en silencio». ¿Por qué no lo haces? Cada uno tiene que seguir su propio proceso de acuerdo a su nivel de comprensión».

P.: «Por favor, dígame lo que es más conveniente para mí». Deseo escucharlo de usted.

Ramana guardó silencio.

(T. 2-5-36)

El doctor Srinivasa Rao preguntó a Bhagavan: «"Cuando nosotros investigamos dentro del "quien soy yo", ¿quién está llevando a cabo esta tarea?»

R.: «El ego; él también hace el *vichara* (la indagación). En el Ser no hay *vichara*. El que lleva a cabo la indagación es el ego, el que la hace es el "yo". Como resultado de ella el ego deja de existir y solamente se encuentra el Ser, que es lo único que tiene Existencia real».[10]

Días después, el mismo doctor Srinivasa Rao preguntó si, después de hacerse la pregunta "¿quién soy yo?", uno debería quedarse quieto, en silencio, o darse a sí mismo las siguientes respuestas: "Yo no soy este cuerpo, tampoco soy los sentidos, etc". O si quizás tendría que volver a repetir la pregunta "¿quién soy yo?"

R.: «¿Por qué ir repitiendo "quién soy yo"como si fuera un mantra? Si aparecen otros pensamientos, entonces cuestiónate: "¿A quién se le manifiestan?" "¿Quién es ese 'yo' al que se le aparecen?". Ésta es la pregunta que uno se tiene que hacer para que se aparten. Incluso cuando uno se distrae en la repetición de un mantra, cuando otros pensamientos ocupan su mente, él sigue siendo él mismo y tras esta distracción debe empezar a repetirlo de nuevo. El objeto de todos los caminos es mantener aparte todos los otros pensamientos excepto el pensamiento de Dios o el Ser».

A este respecto, Bhagavan dijo de nuevo: "El nombre es Dios". Y citó la Biblia: "En el principio era la palabra, y la palabra estaba con Dios y la palabra era Dios". Swami Ramdas solía enseñar la importancia de la repetición del nombre de Dios; el que él usaba empezaba con *Sri Ram Jai Ram*[11]. En su

10. D. D 21-11-45

11. Alude al mantra: "Victoria al dios Rama". Rama, en el hinduismo, fue un avatar o encarnación divina.

revista *Visión*, escribió acerca de *Tú eres eso*, y Bhagavan se lo mencionó a A. D. Mudaliar».

(D.D. 6-12-45)



El señor Joshi, que fue introducido por Chaganial Yogui, hizo la siguiente pregunta: «Cuando pienso "¿quién soy yo?", la respuesta que viene es: "no soy este cuerpo mortal, sino conciencia, alma, Ser Supremo". De repente, aparece otra pregunta: "¿Por qué el alma (atma) viene a vivir la ilusión (maya)?" O en otras palabras: "¿Por qué Dios ha creado este mundo?"»

R.: «Investigar realmente "¿quién soy yo?" significa tratar de encontrar el origen del ego o del yo-pensamiento. No deberías tener otros pensamientos, como "yo no soy este cuerpo", etc. Buscar el origen del "yo" sirve como instrumento para evitar otros pensamientos. No tendrías que darles oportunidades, tal como tú mencionas, sino que debes fijar la atención en encontrar la fuente del yo-pensamiento; en preguntarte, con cada pensamiento que surge, a quién se le aparece. Y si la respuesta es: "Yo tengo este pensamiento", entonces sigue preguntando: "¿Quién es este "yo" y cuál es su origen?"»

(D. D. 28-12-45)



P.: «¿Es *soham* ("ese soy yo") lo mismo que "quién soy yo"? (*koham*)».

R.: «Solamente *Aham* (Yo) es común a ambos. Uno es *so-*

*ham* ("Eso soy yo"). El otro es *koham* ("¿quién soy yo?"). Son diferentes (expresiones). ¿Por qué deberíamos estar diciendo "ese soy yo"? Uno tiene que encontrar el "Yo" real. En la pregunta "¿quién soy yo'?", el "yo"significa el ego. Trata de encontrar la pista hasta llegar a la fuente, nosotros vemos que (el ego) no tiene una existencia separada sino que se sumerge en el "Yo" real».

El mismo día, se le preguntó a Ramana: «¿Qué tendría que hacer si me duermo al tratar de indagar "¿quién soy yo?"

R.: «Debería bastar con insistir en la indagación durante las horas de vigilia. Si la mantienes hasta que te duermas continuará durante el sueño. Una vez que despiertes, retómala de nuevo».

(D. D. 2-1-46)



P.: «No entiendo cómo hacer la indagación "¿quién soy yo?"»

R.: «Trata de encontrar dónde aparece el "yo". La autoindagación no significa argumentar o razonar "yo no soy este cuerpo" o "yo no soy los sentidos", etc. Todo eso puede ayudar, pero no es la indagación. Vigila y encuentra dónde aparece el "yo" en el cuerpo, entonces fija tu mente en ello».

P.: <<¿Me ayudará el *gayatri*?[12]».

R.: «¿Qué es el *gayatri*? Significa: "que pueda concentrarme en aquello que ilumina todo". Meditar sólo significa concentrarse o fijar la mente en el objeto de la meditación, ella es nuestra verdadera naturaleza. Si dejamos a un lado los otros pensamientos, lo que queda es el "Yo", y su naturaleza es me-

12. Un conocido mantra del Veda.

ditación o *jnana* (conocimiento), cualquiera de estos nombres. Lo que al principio es el medio, más tarde se convierte en el fin; si la meditación no tuviera la naturaleza del Ser, no podría llevarnos a Él. Si el proceso de la meditación no fuese de la misma naturaleza que el Ser, no podría traerte a la meta.
(D. D. 19-7-46)



Al atardecer, la señora Chenoy, de Bombay, después de leer el librito ¿Quién soy yo? preguntó a Bhagavan si era conveniente hacerse esa pregunta y decirse que ella no era su cuerpo sino un espíritu, una chispa de la llama divina.

Bhagavan contestó: Sí, puedes hacer esto o cualquier cosa que te atraiga más. Al final todo será correcto. Pero un rato después, añadió: «Hay un estadio al principio, cuando uno se identifica con el cuerpo y todavía se tiene la conciencia de él, en el que se tiene la sensación de ser diferente de la realidad o Dios y, por eso se piensa en ser Su devoto, sirviente o amante; es el primer estadio. El segundo se da cuando uno cree, respecto a sí mismo, que es una chispa del fuego o un rayo del sol divinos. Incluso así existe todavía la sensación de diferencia y de conciencia del cuerpo. El tercer nivel aparecerá cuando esta separación deje de existir y se realice que solamente el Ser Es.

Hay un "yo" que viene y se va, y otro "Yo" que siempre existe y permanece. En tanto en cuanto el primer "yo" exista, la conciencia de cuerpo y el sentido de diversidad (*bheda buddhi*) persistirán. Únicamente cuando ese "yo" muera, la realidad se revelará por sí misma. Por ejemplo: cuando duermes, el primer "yo" no existe, no eres consciente del cuerpo o del mundo, existes solo, sin conciencia de ellos. Pero vuelves a

percibirlos tan pronto dejas el sueño y ese "yo" aparece de nuevo; porque cuando despierta, eres capaz de decir: "dormí profundamente".Tú que estás espabilado y expresas tal cosa, eres el mismo que mientras dormías. No dices que el "Yo" que persistía durante el dormir era diferente al presente "yo" en estado de vigilia. Ese estado, que siempre persiste y no viene ni se va, es la realidad. El otro "yo", que desaparece en el dormir, no es real. En el estado de vigilia se debería tratar de realizar esa condición que cada uno alcanza inconscientemente al dormir, ese estado donde el pequeño "yo" desaparece y queda solamente el "Yo" real».

P.: «Pero, ¿cómo se puede hacer?»

R.: «Investigando desde dónde y cómo aparece este pequeño "yo". Él es la raíz de toda la diversidad (*bheda buddhi*) y de todos los pensamientos. Si investigas de dónde sale, desaparecerá».

P.: «Entonces, ¿no debería decir (en respuesta a mi propia indagación "¿quién soy yo?") que yo no soy este cuerpo sino un espíritu, etcétera?»

R.: «No. La indagación "¿quién soy yo?" es la búsqueda de dónde aparece el "yo" en el cuerpo. Al ser el yo-pensamiento la raíz del resto de pensamientos, si concentras tu atención insistentemente en la indagación, todos ellos se disolverán y solamente el Ser o el gran "Yo" permanecerá para siempre. No obtienes nada nuevo ni llegas a ningún sitio donde estuviste antes. Cuando los demás pensamientos que ocultaban al Ser se retiran, Él brilla por Sí mismo».

Refiriéndose a la parte del libro "¿Quién soy yo?" donde se dice: «Incluso si estás repitiendo "Yo, Yo...", ello te llevará al Ser o realidad», la señora Chenoy preguntó si no sería lo más propio hacer esto.

El señor Mudaliar intervino explicando: «Los libros dicen que hay que tratar de seguir el método de la indagación, que

consiste en dirigir nuestros pensamientos hacia el interior y mirar de encontrar dónde aparece el "yo", que es la raíz de todos los pensamientos. Si uno cree que no está capacitado para hacerlo, puede simplemente ir repitiendo "Yo, Yo...", como si fuera un mantra, como "Krishna" o "Rama", que la gente utiliza cuando hace el *japa*. La idea es centrarse en un pensamiento excluyendo el resto, y así, eventualmente el yo-pensamiento morirá».

P.: «¿Tendrá alguna utilidad repitir mecánicamente "Yo, Yo..."?»

Mudaliar: «Cuando se usa el "Yo" u otras palabras -como "Krishna"-, se tiene en la mente, casi con seguridad, alguna idea de Dios al que uno se refiere con el nombre de "Yo" o cualquier otro. Cuando se va repitiendo "Rama" o "Krishna" no se puede estar pensando en nada más». Después de todo esto Bhagavan dijo: «Ahora consideras que estás haciendo un esfuerzo cuando meditas o al pronunciar "Yo, Yo..." u otros mantras. Pero cuando alcanzas el estadio final, la meditación se realiza sin ningún esfuerzo por tu parte. No podrás salirte de ella o pararla, porque la meditación, *japa* o como quieras llamarla, es tu verdadera naturaleza».

(D. D. 24-11-46)



P.: «¿Cómo tiene uno que investigar "quién soy yo"?»

R.: «Acciones tales como "ir" y "venir" pertenecen solamente al cuerpo. Así, cuando uno dice "yo fui", "yo vine", declara que el cuerpo es el "yo". Pero, teniendo en cuenta que el cuerpo no existía antes de nacer, puesto que está compuesto de los cinco elementos, ¿puede decirse que él es la conciencia del "Yo"? Tampoco existe en el estado de sueño

profundo, y se convierte en un cadáver cuando está muerto. ¿Puede decirse de este cuerpo, que es inerte como un trozo de madera, que brilla como el "Yo"? Por consiguiente, ¿se manifiesta la conciencia del "Yo", que al principio aparece con respecto al cuerpo como engreimiento, egoísmo, ignorancia, ilusión, impureza y alma individual? ¿Podemos permanecer sin investigarlo? ¿No se dice que nuestra redención viene a través de la indagación y que todas las Escrituras declaran que la destrucción del engreimiento es liberación? Por lo tanto, haciendo que el cadáver-cuerpo permanezca como cadáver y sin ni siquiera pronunciar la palabra "Yo", uno debería sagazmente investigar así: "¿Qué es lo que ahora aparece como "Yo"? Entonces brillará en el corazón una clase de iluminación sin palabras, con la conciencia verdadera del "Yo". Es decir, por su propia naturaleza brillará ahí la Conciencia Pura, que es ilimitada y una, y desaparecerán lo limitado y los pensamientos. Si uno permanece quieto sin abandonar esa experiencia, la destrucción del egoísmo, la sensación individual en la forma "yo soy el cuerpo", será completa, y al final el último pensamiento, el yo-ego, se consumirá como cuando el fuego quema el alcanfor. Los grandes sabios y las Escrituras declaran que la liberación se produce de esta manera».

P.: «Cuando uno indaga dentro de la raíz del engreimiento, que forma parte del "yo", aparecen un sin número de pensamientos y no solamente un yo-pensamiento separado».

R.: «El caso que citas –el del engreimiento– es la base de que aparezcan todos los pensamientos. De igual modo, los pensamientos que aparecen en el corazón tienen como base el egoísmo, que es la primera manifestación mental: el "yo", la percepción de la forma "yo soy el cuerpo"; ello es la causa y origen de la expresión de los demás pensamientos. Por consiguiente, si se destruye el engreimiento, que toma la forma del egoísmo, la raíz del ilusorio árbol del samsara,[13] los demás

pensamientos perecerán completamente como un árbol arrancado».

Cualquier pensamiento puede aparecer como obstáculo en nuestra *sadhana* (práctica). La mente no debería permitirse distracciones en la praxis y seguir esas direcciones, sino que tendría que llevarse a descansar en el Ser, que es el *Atman*. La mente debería permanecer como testigo de lo que sucede y adoptar la siguiente actitud : "Cualquier hecho extraño que suceda, ¡pues que suceda!, ¡veámoslo! Convendría que nuestra práctica fuera esta. En otras palabras, no tendríamos que identificarnos con las apariencias, no tendríamos que abandonar nunca nuestro propio Ser. Éste es el medio más conveniente para la destrucción de la mente, cuyo hábito es ver el cuerpo como el Ser; ella es la causa de todos los obstáculos ya mencionados. Este método destruirá fácilmente el egoísmo y merece ser llamado devoción (*bhakti*), meditación (*dhyana*), concentración (*yoga*), y conocimiento (*jnana*). Puesto que Dios permanece como el Ser e ilumina como presencia "Yo soy" en el corazón, y, además, puesto que las Escrituras dicen que el mismo pensamiento es atadura, la mejor disciplina es permanecer aquietado sin olvidar a Dios (el Ser), después de que la mente, que es de la naturaleza del yo-pensamiento, se haya disuelto en Él».

P.: «¿La indagación es el único medio para cambiar la ignorancia y la falsa creencia sobre el cuerpo tosco o material, o es también el medio de remover el egoísmo en los cuerpos sutil y causal?»

R.: «En el cuerpo material en donde los otros cuerpos subsisten. En la falsa identificación de la forma "yo soy el cuerpo" están incluidos los otros tres cuerpos,[14] que están compuestos

13. Samsara: Ciclo de nacimientos y muertes.

14. Cuerpo físico, mental y espiritual.

por cinco skandhas o envolturas.[15] La destrucción de la falsa creencia del yo-ego en el cuerpo físico también lo destruye en los otros cuerpos. De esta manera la investigación es el medio de retirar la incorrecta convicción del yo-ego en los tres cuerpos».

(C. W. 1901)

ॐ

En una ocasión, Sivaprakasam Pillai comentó a Bhagavan lo siguiente: «Todos los seres vivientes desean siempre ser felices, estar libres de la desdicha, porque uno mismo percibe ese gran Amor supremo que es la causa de la felicidad que nos es natural, y que experimentamos en el estado de sueño profundo, donde no hay mente. Para conseguirla tendríamos que conocer nuestro Ser. Para eso, ¿el principal medio es el camino del conocimiento, la indagación de "¿quién soy yo?"»

R.: «Yo no soy el cuerpo físico que está compuesto de siete fluidos: lágrimas, mucosidades, sudor, etc. Yo no soy los cinco sentidos de la percepción física, como el oído, el gusto, la vista, el olfato y el tacto; ni soy los órganos del habla, locomoción, aprehensión, excreción, y procreación, que tienen sus respectivas funciones; tampoco soy los cinco aires vitales, como el prana[16], etc., que cumplen respectivamente las funciones de inspirar, espirar, retener..., ni siquiera soy la mente pensante ni la ignorancia, que están basadas en las impresiones que nos deja el mundo externo».

P.: «Si yo no soy nada de esto, entonces ¿quién soy yo?»

R.: «Después de negar todo lo dicho anteriormente – "esto

15. Envoltura física, intelectual, emocional, mental y de felicidad

16. Prana: El primero de los diez aires vitales que están centrados en el corazón.

no soy yo, esto no soy yo" ("*neti, neti*") –, lo que permanece es la Conciencia Una; Eso soy Yo».

P.: «¿Cuál es la naturaleza de la conciencia?»

R.: «La naturaleza de la conciencia es *sat-chit-ananda* (existencia-conciencia-felicidad)».

(C. W. 1901)



P.: «¿Cómo ha de hacerse la investigación para comprender la naturaleza de la mente?»

R.: «Aquello que aparece como "yo" en este cuerpo es la mente. Si uno inquiere dónde aparece primero el yo-pensamiento en el cuerpo, descubrirá que aparece en el corazón: éste es el lugar de origen de la mente. Incluso si uno piensa constantemente "Yo, yo...", será dirigido al corazón. De todos, los pensamientos que se manifiestan en la mente, el yo-pensamiento es el primero. El resto surgen tras haber aparecido éste. Después de que aflora el primer pronombre personal (yo), aparece el segundo (tú) y luego el tercero (él); sin el primer pronombre no se darían los otros dos».

P.: «¿Cómo ha de aquietarse, la mente?»

R.: «Por la indagación "¿quién soy yo?". El pensamiento "¿quién soy yo?" destruirá todos los demás; es como el palo que se usa para la pira funeraria, que al final también acaba quemándose; entonces aparecerá la autorrealización».

P.: «¿Cuál es el medio para que el pensamiento "¿quién soy yo? controle constantemente nuestra mente?»

R.: «Cuando otros pensamientos aparecen, uno no debería perseguirlos, sino preguntarse: "¿A quién se le aparecen?", y no preocuparse por ellos. En cuanto un pensamiento aparezca, se debería inquirir con diligencia: "¿A quién se le apa-

rece este pensamiento?" La respuesta que emerge sería: "A mí". Por lo tanto, si uno se pregunta "¿quién soy yo?, la mente irá a su origen y se aquietará el pensamiento que emergió. Con estas prácticas la mente desarrollará la habilidad de estar en su fuente. Cuando la mente, que es sutil, va a través del cerebro y los órganos de los sentidos, aparecen los nombres y las formas físicas; cuando está en el corazón, estos desaparecen. No permitir que la mente se vaya, antes bien, retenerla en el corazón, es lo que se llama interiorización. Permitirle irse del corazón es conocido como exteriorización. Así, cuando la mente está en el corazón, el "yo", que es el origen de todos los pensamientos, desaparecerá, y el Ser que siempre existe, brillará».

P.: «¿Cuánto tiempo debería practicarse la indagación?»

R.: «Mientras haya impresiones de objetos en la mente será necesaria la indagación de "¿quién soy yo?" Cuando los pensamientos aparecen, deberían destruirse, a través de la indagación, en el mismo lugar de origen. Eso sería suficiente si se recurre a la contemplación ininterrumpida del Ser hasta que éste se percibe. Mientras haya enemigos dentro de la fortaleza, continuarán saliendo con prontitud; si se destruyen cuando emergen, la fortaleza caerá en nuestras manos.

(C. W. 1901)



Paul Brunton expuso: «Maestro, he estudiado nuestras ciencias y filosofías de Occidente, he vivido y trabajado entre la gente de ciudades muy pobladas, he gustado sus placeres y permitido que me atraparan sus ambiciones. No obstante, también he ido a sitios solitarios y errado de un lugar a otro en la soledad de pensamientos profundos. He preguntado a

los sabios de Occidente y después me he dirigido hacia Oriente. Busco más luz».

El Maharshi sacudió su cabeza.

P.: «He oído muchas opiniones y escuchado muchas teorías. Alrededor de mí se amontonan pruebas intelectuales de una creencia u otra. Estoy cansado de ellas y me siento escéptico ante cualquier hecho que no esté probado por la experiencia personal. Perdóneme por expresarme así, pero no soy religioso. ¿Hay algo que esté más allá de la experiencia del hombre material? Si es así, ¿cómo puedo realizarlo por mí mismo?»

Maharshi guardó silencio.

P.: «A los hombres sabios de Occidente, nuestros científicos, se les honra por sus descubrimientos. No obstante, han confesado que pueden traer poca luz a la gran verdad escondida de la vida. Se ha dicho que hay algunos en India que pueden mostrar lo que no aciertan a revelar nuestros eruditos occidentales. ¿Es así esto? ¿Puede usted ayudarme a experimentar la iluminación? ¿O es la búsqueda misma una ilusión?»

R.: «(Después de diez minutos de silencio).«Dices "yo": "Yo quiero conocer". Dime, ¿quién es este "yo"?»

P.: «Lo siento, no entiendo su pregunta».

R.: «¿No está clara para ti? ¡Piensa de nuevo!»

El señor Brunton señaló con el dedo hacia su cuerpo y mencionó su nombre.

R.: «¿Y lo conoces?»

P.: «(Sonriendo) «¡Toda mi vida!»

R.:«¡Pero esto es solamente tu cuerpo! De nuevo te pregunto: "¿Quién eres tú?", Conoce primero ese "Yo", y entonces conocerás la Verdad. Sólo hay que hacer una cosa: Mira dentro de tu propio Ser. Hazlo de la manera correcta y encontrarás la respuesta a todos tus problemas».

P.: «¿Qué debería hacer uno? ¿Cuál es el método hay que seguir?»

R.: «Se puede encontrar la luz a través de una profunda reflexión sobre la naturaleza de nuestro Ser y de una meditación constante».

P.: «Con frecuencia he estado meditando sobre la verdad, pero no veo signos de progreso».

R.:«¿Cómo sabes que no se han hecho avances? No es fácil percibir nuestro crecimiento en el reino del espíritu».

(M. M. 1930-14-15-16)



R.: «"¿Quién eres tú?»

P.: «Yo soy Narayanaswami».

R.: «¿Quién es?: ¿la boca? ¿las manos?»

P.: «La boca, la lengua, el cuerpo, todo en conjunto constituye el "Yo"».

R.: «(Apuntando al discípulo) ¿De quién es este cuerpo?»

P.: «Es mi cuerpo».

R.: «Por consiguiente, ¿eres tú diferente del cuerpo? ¿Eres tú el poseedor, y el cuerpo es tu posesión?»

P.: «Ahora me doy cuenta de que soy distinto de él, no obstante, no puedo ver con claridad la línea de demarcación entre mi cuerpo y mi "Ser". No puedo ver quién soy yo».

R.: «Vete a tu interior y hazte la pregunta. Entonces conocerás quién eres tú».

P.: «¿A quién se le tiene que preguntar y cómo?»

R.: «Pregunta a tu Ser; busca el origen, donde aparece el "Yo" y la respuesta te vendrá.

(C. T. 30-3-34)

Hoy llegaron Gul y Shirin Byramjes, dos señoras parsis de Ahmedabad que hablaron con Maharshi por la noche: «¡Bhagavan!, desde nuestra juventud nos hemos sentido inclinadas hacia la espiritualidad. Hemos leído varios libros sobre filosofía y nos atrae la Vedanta; por eso hemos leído los Upanishads, el Yoga Vasishtha, el Bhagavad Gita, etc. Tratamos de meditar pero no conseguimos ningún progreso; no comprendemos cómo hacerlo. ¿Puede usted, amablemente, ayudarnos a conseguir la realización?»

R.: «¿Cómo meditas?»

P.: «Empiezo preguntándome: "¿quién soy yo?", descartando que el cuerpo sea el "Yo", que la respiración sea el "Yo", que la mente sea el "Yo", y ya no soy capaz de seguir adelante».

R.: «Bien, has llegado hasta donde puede hacerse con el intelecto. Tu proceso es solamente mental. Todas las Escrituras mencionan la técnica especulativa con el único fin de guiar al buscador a conocer la verdad: pero ésta no puede señalarse directamente. He aquí el porqué del proceso intelectual: puedes ver que el que elimina todo lo que no es "Yo" no puede eliminar al "Yo". Decir que "yo no soy esto" o que "yo no soy aquello" implica el "yo". Este "yo" es el ego o el yo-pensamiento. Después de aparecer este yo-pensamiento lo hacen todos los demás pensamientos. El yo-pensamiento es, por consiguiente, el pensamiento raíz. Si se arranca la raíz, todo lo demás se arranca al mismo tiempo. Así pues, busca la raíz del "yo". Pregúntate: "¿quién soy yo?", busca su origen. Entonces todo esto desaparecerá y permanecerá el Ser puro».

P.: «¿Cómo se hace?»

R.: «El "Yo" siempre esta ahí, en el sueño profundo, al dormir y en la vigilia. El que duerme y el que habla ahora es el mismo. Siempre está el sentimiento de "Yo"; de otra manera, negarías tu existencia. No lo haces porque dices "Yo soy". Por lo tanto, encuentra quién es este yo».

P.: «Incluso así, no entiendo el "yo". Usted dice que este "yo" es ahora el "yo"erróneo . ¿Cómo eliminarlo?»

R.: «No necesitas suprimir "yo" erróneo. ¿Cómo puede excluirse el "Yo"? Todo lo que has de hacer es encontrar su origen y permanecer. Hasta ahí es hasta donde pueden llegar tus esfuerzos. Entonces el Más Allá cuidará de Sí mismo. Tú no puedes hacer nada. Ningún esfuerzo puede llegar hasta ahí».

P.: «¡Bhagavan!, si siempre "Yo soy" aquí y ahora?¿Por qué no lo siento?»

R.: «Así es. ¿Quién dice que no lo siente? ¿El verdadero "Yo" o el falso "yo"? Examínalo, y descubrirás al falso "yo". Él es la obstrucción. Tiene que retirarse para que no oculte al verdadero "Yo". La sensación de que yo no estoy realizado es la obstrucción a la realización; de hecho, ya estás realizada; no hay que realizar nada más. De otra manera, la realización sería algo nuevo, no habría existido hasta entonces y tendría que darse ahora. Lo que nace también tiene que morir. No vale la pena obtener la realización si no es eterna. Por consiguiente, lo que estamos buscando no es algo que tiene que suceder de nuevo, sino sólo aquello que es imperecedero pero que desconocemos debido a las obstrucciones mentales. Somos aquello que buscamos, todo lo que necesitamos hacer es remover las obstrucciones. Aquello que es eterno no puede ser conocido por la ignorancia. La ignorancia es la obstrucción, supérala y todo se pondrá en su lugar. Ella se identifica con el yo-pensamiento, y desaparecerá si encuentras su raíz. El yo-pensamiento es como un espíritu que, aunque no puede palparse, aparece simultáneamente con el cuerpo y florece y desaparece con él. El cuerpo-conciencia es el falso "yo", deséchalo. Esto se hace buscando la raíz del "Yo". El cuerpo no dice "Yo soy", eres tú quien dice: "¡yo soy el cuerpo!" Encuentra quién es este "yo". Buscan su origen y desaparecerá».

P.: «¿Habrá felicidad entonces?»

R.: «La felicidad es concominante de la conciencia del Ser. Todo lo que hemos hablado en relación con el eterno Ser se aplica también a la felicidad. Ella es tu naturaleza; retira la ignorancia para que sea libre».

P.: «¿No deberíamos investigar la realidad última del mundo, del individuo y de Dios?»

R.: «Todos esos aspectos son conceptos del "yo". Sólo aparecen cuando se manifiesta el yo-pensamiento. ¿Pensaste en ellos mientras dormías profundamente? Existías cuando dormías y ahora, mientras hablas, sigues siendo la misma. Si los conceptos que mencionas fueran reales, ¿no deberían estar también en tu actividad onírica? Ellos dependen de tu yo-pensamiento. Te pregunto nuevamente: "¿Es que el mundo te dice 'yo soy el mundo'? ¿Es que el cuerpo dice 'yo soy el cuerpo'?". Eres tú el quien dice: "Éste es el mundo, éste es el cuerpo" y así sucesivamente. Todo esto no son más que tus conceptos. Encuentra quién eres y por fin habrá un final para todas tus dudas».

P.: «¿Qué le sucederá al cuerpo después de la realización?» ¿Existirá o no? Nosotros vemos a los seres realizados actuar como los demás».

R.:No es necesario hacer esta pregunta ahora. Hazla después de la realización, si fuese precisa. En cuanto a los seres realizados, déjalos que se ocupen de sí mismos. ¿Por qué te preocupas tú de ellos? De hecho, después de la realización, el cuerpo y todo lo demás no aparecerán como algo diferente del Ser».

P.: «Si somos Ser-Conciencia-Felicidad, ¿por qué Dios nos coloca en dificultades? ¿Por qué nos ha creado?»

R.: «¿Crees que Dios viene y te dice que Él te ha puesto dificultades? Eres tú quien lo dices. Es de nuevo el falso "yo"; si desaparece no habrá nadie para decir que Dios ha creado esto

o aquello. Aquello que Es ni siquiera dice "Yo soy". Por lo tanto, no puede aparecer el cuestionamiento de que "yo no soy". En el caso de que apareciera tal duda -al no vivir ese estado- deberíamos recordar "yo soy un hombre". Pero no se necesita. Por ejemplo: Si apareciese la duda de si se es una vaca o un búfalo, no se trata de recordar que uno no es tales animales, sino de recordar "yo soy un hombre". Evidentemente, esto nunca se planteará. De la misma manera sucede con nuestra propia existencia y realización». (T. 9-6-36)



Un ingeniero jefe de la Compañía de Ferrocarriles del Norte de la India estuvo en el *ashram* durante más de un mes a fin de tener de primera mano una guía para la meditación».

P.: «Soy un principiante en meditación, ruego a Bhagavan que me guíe. Nos exhortas a ir investigando "¿quién soy yo?" ¿Puedo conocer dónde me llevará esta indagación?»

R.: «No es el mero hecho de preguntar, tienes que penetrar en su significado. Muchos meditan en diferentes centros del cuerpo hasta que se sumergen en ellos, pero, tarde o temprano, tendrán que preguntar por su propia naturaleza; esto es inevitable. Entonces, ¿por qué no concentrarse directamente en uno mismo hasta sumergirse en la fuente?»

P.: «Durante veinte años he estado concentrándome en ciertos chakras[17], y he visto cosas y oído sonidos, pero no estoy más cerca de la verdad. ¿Debería, ahora ir preguntando "¿quién soy yo?", tan pronto como un pensamiento aparece en mi mente?»

R.: «Así es. En tanto que no te estén molestando los pensamientos externos, permaneces en tu verdadera naturaleza. La meta es alcanzar la fuente del "Yo" con la constante supresión de los procesos mentales». (G. R. 27-7-42).

El señor Cohen: «¿Esta investigación "¿quién soy yo?" lleva a uno a algún lugar del cuerpo?»

R.: «Evidentemente, la autoconsciencia está en relación con el individuo mismo y por lo tanto tiene que experimentarse en su Ser y en el cuerpo como centro de experiencia. Se parece a la dinamo de una máquina que abastece a toda una clase de aparatos eléctricos; no sólo mantiene la vida del cuerpo sino también las actividades de sus partes y órganos, consciente e inconscientemente; sustenta además la relación entre los planos físicos y sutiles en los cuales funciona el individuo. Así mismo, como la dinamo, ese centro de autoconsciencia vibra; y la mente en calma, atenta a ese movimiento, puede sentirlo. Esto es conocido entre los yoguis y *sadhakas* (aspirantes) con el nombre de *sphurana*[18], que en *samadhi* (éxtasis) la conciencia lo percibe como algo centelleante».

P.: «¿Cómo alcanzar ese centro al que tú llamas la Conciencia última y dónde aparece el "Yo"? ¿Es simplemente pensando: "¿quién soy yo?"»

R.: «Sí, eso bastará. Tienes que hacerlo con una mente sosegada; es esencial la mente en calma».

P.: «¿Cómo se manifiesta esa conciencia? ¿Cómo reconoceré cuando se alcance el centro corazón?»

R.: «Ciertamente, como Pura Conciencia libre de todos los pensamientos. Es pura atención ininterrumpida del Ser; no hay confusión cuando es pura».

P.: «Esa vibración que se siente en el centro, en el corazón, ¿se percibe antes, simultáneamente, o después de la experiencia de la Conciencia Pura?»

R.: «Ambas -vibración y Conciencia- son una y la misma; pero la sphurana puede sentirse de una forma sutil, incluso

17. Centros de energía.

18. *Sphurana*: Vibración sentida en el corazón espiritual.

cuando la meditación es tan estable y profunda que la Conciencia última está muy cerca; la mente también puede aquietarse después de un gran susto o conmoción. Al calmarse, la mente del meditador se vuelve sensitiva y debido a este proceso se da cuenta de esa vibración, porque gravita hacia ella y finalmente se sumerge en el Ser».

P.: «¿Es el Yo-Conciencia la autorrealización?»

R.: «Es un preludio de ello. Cuando se hace permanente (*Sahaja*), es autorrealización, liberación.

(G. R. 18-6-36)



Esta mañana un hombre del estado de Andhra le preguntó a Bhagavan lo siguiente: «Dices que la tarea importante que hay que hacer es inquirir y encontrar "quién soy yo". Pero, ¿cómo puede encontrar uno algo? ¿Es que tenemos que practicar *japa* (repetición) diciendo: "¿Quién soy yo?, ¿quién soy yo?" ¿O deberíamos repetir "*neti, neti*" (no es esto, no es esto)? Deseo conocer el método exacto, swami (señor)».

R.: «¿Qué es lo que hay que encontrar? ¿A quién? Para descubrirlo, tiene que haber alguien, ¿no es así? ¿Quién es ese alguien? ¿De dónde surge ese alguien? Esto es lo primero que hay que encontrar. Cuando uno descubre su origen, lo que halla es su propio Ser».

P.:«¿No debería haber alguna *sadhana* (práctica) para encontrar qué es nuestro Ser? ¿Cuál sería la más útil?»

R.: «Sí, hay que encontrar el Ser. Si preguntas dónde mirar, te diríamos: "mira dentro". Después de todo, lo que es conocido como "Yo" es la mente misma. Lo que tienes que ver o investigar es cuál es su forma y cómo y dónde nació».

P.:«Si preguntamos dónde apareció este "Yo", los antiguos sabios dicen que es en el corazón. ¿Cómo podemos verlo?»

R.: «Tenemos que decir que la fuente de este "Yo" es el mismo corazón. Si quieres verlo, la mente ha de sumergirse completamente. No es de ninguna utilidad emplear continuamente la expresión "¿quién soy yo?, ¿quién soy yo?", ni la repetición de las palabras "*neti, neti*" ("no soy esto, no soy esto")».

Cuando el que preguntaba dijo que eso era exactamente lo que no se veía capaz de hacer, Bhagavan replicó: «Sí, es así, ésta es la dificultad. Nosotros existimos siempre y estamos en todos los lugares. Este cuerpo y sus dependencias están a nuestro alrededor y mantenidos por nosotros mismos. No hay ningún problema en sustentarlos; desecharlos es lo realmente difícil. Nos es complicado ver lo que está en nosotros y excluir lo que nos es extraño. ¡Mira qué gran tragedia!».

(L. R. 28-8-46)



P.: «¿Este cuestionamiento continuo (de "¿quién soy yo?") puede inducir la autohipnosis? ¿No debería reducirse a un punto que permitiera analizar lo que no puede ser analizado y percibir, vaga y elusivamente, el "Yo"?

R.: «Sí. Es realmente como mirar al vacío, a un cristal deslumbrante o a una luz».

P.: «¿Puede fijarse la mente en ese punto? ¿Cómo?»

R.: «Si la mente se distrae, hazte de inmediato la pregunta : "¿A quién se le aparecen estos pensamientos distraídos?" Ello te lleva al instante de vuelta al punto del "Yo"».

P.: «¿Cuánto tiempo puede estar o mantenerse la mente en el corazón?»

R.: «El periodo aumenta con la práctica».

P.: «¿Qué sucede al final de la etapa?»

R.: «La mente vuelve a su presente, a su estado habitual. La unidad en el corazón se sustituye por la percepción de la variedad fenoménica. A esto se le llama "la mente externa". La mente dirigida hacia el corazón se denomina "la mente en calma"».

P.: «¿Son todos estos procesos meramente intelectuales o predominantemente expresan sentimientos?»

R.: «Lo último».

P.: «¿Cómo cesar que todos los pensamientos cesen cuando la mente está en el corazón?»

R.: «Por la fuerza de la voluntad, con una fe determinante en la verdad de la enseñanza del Maestro».

P.: «¿Qué beneficios se derivan de este proceso?»

R.: «a) Conquista de la voluntad y desarrollo de la concentración.

b) Conquista de las pasiones y desarrollo del desapego.

c) Desarrollo de la práctica de las virtudes (*samatva*), ecuanimidad en todo».

P.: «Suponiendo que el método de preguntarse uno a sí mismo "¿quién soy yo?" nos lleva a la autohipnosis, ¿por qué no adoptar otros métodos como fijarse en una luz, controlar la respiración, oír música, percibir sonidos internos, o repetir palabras sagradas u otros mantras?»

R.: «Mirar la luz atonta la mente y produce momentáneamente una catalepsia de la voluntad, pero no asegura beneficios permanentes. El control de la respiración (*pranayama*)la entumece sólo por el instante. Escuchar sonidos produce similares resultados, a no ser que el mantra sea sagrado y asegure la ayuda de un poder elevado para purificar y elevar los pensamientos».

(T. 4-2-35)

La señora Dhar preguntó: «Sri Bhagavan aconseja la práctica de la indagación incluso cuando uno está ocupado en las cosas externas. La finalidad de tal investigación es la realización del Ser y, por consiguiente, la respiración debe parar. Si así fuera, ¿cómo puede hacerse el trabajo o, en otras palabras, cómo puede pararse la respiración si uno está trabajando?»

R.: «En lo que dices hay una confusión entre la práctica y el final (*sadhana* y *sadhya*). ¿Quién es el investigador? El aspirante y no el *siddha* (el Ser perfecto). La investigación significa que el investigador se considera separado de la investigación. En tanto la separación dura, la investigación debe continuar hasta que la individualidad desaparece y el Ser se realiza, para ser solamente el eterno Ser, que incluye la investigación y el investigador.

La Verdad es que el Ser es la "atención" constante e ininterrumpida. El objeto de la investigación es encontrar la verdadera naturaleza del Ser como Conciencia. Mientras se perciba la separación, debe practicarse la indagación.

No habrá ninguna necesidad de indagar si se manifiesta la realización. Tampoco se hará la pregunta. ¿Puede acaso la Conciencia pensar en preguntar quién está consciente? Ella permanece siempre pura y simple.

El investigador es consciente de su individualidad. La investigación no se interrumpe en el camino de su conciencia individual; tampoco las actividades externas interfieren con su conciencia. Si el trabajo, que parece ser externo, no obstruye la conciencia individual, ¿puede, sin estar separado del Ser, obstruir la continua Conciencia de Él, que es Uno, no dual, y que no es individual ni está separado del trabajo?

(T. 10-2-38)



P.: «Los pensamientos cesan de repente, luego el "Yo, Yo..." aparece espontánea y continuamente; esta experiencia es una sensación, no es intelectual. ¿Es correcto?»

R.: «Efectivamente, lo es. Los pensamientos deben cesar y la razón desaparecer para que se manifieste y sienta el "Yo, Yo...". El primer factor es el sentir y no la razón».

P.: «Además, no se experimenta en la cabeza sino en la parte derecha del pecho».

R.: «Así debería ser, porque el corazón esta ahí».

P.: «Cuando miro hacia fuera, desaparece. ¿Qué es lo que tengo que hacer?»

R.: «Tienes que abrazarlo con fuerza».

P.: «Si uno recuerda constantemente esto (en la vida cotidiana), ¿las acciones serán siempre correctas?»

R.: «Deberían serlo. No obstante, esa persona no tendría que estar preocupada por si sus acciones son correctas o erróneas; sus acciones son de Dios, por consiguiente, tienen que ser correctas».

P.: «Entonces, ¿por qué se dan restricciones en cuanto a la comida para conseguir esa meta?»

R.: «Tu experiencia presente se debe a la influencia de la atmósfera que hay aquí. ¿Puedes tenerla fuera de este ambiente? La experiencia es espasmódica; las prácticas se necesitan hasta que se haga permanente. Las restricciones sobre la comida son ayudas para volver a vivir estas experiencias, y se van dejando de forma natural después de que uno se establece en la verdad. No obstante, los alimentos influencian la mente y ésta tiene que conservar su máxima pureza».

La señora (que había estado planteando estas cuestiones) dijo más tarde a un discípulo: "siento con mayor intensidad las vibraciones del Yo-centro y soy capaz de alcanzarlo con más facilidad que antes».

(T. 4-2-35)

El señor Ramamurthi dijo: «¿Cómo conocer el verdadero "Yo", distinto del falso "yo"?»

R.: «¿Hay alguien que no sea consciente de sí? Cada uno se conoce a sí mismo y, no obstante, no conoce al Ser; (ésta ciertamente es) una extraña paradoja».

El Maestro añadió más tarde: «Si la indagación se hace para saber si la mente existe, se captará que la mente no existe. Esto es control de la mente. Dicho de otra manera, si la mente se acepta como existente y uno trata de controlarla, significa que la mente se controla a sí misma; esto es exactamente igual a que un ladrón que se convirtiera en policía para coger al ladrón, que es él mismo. La mente persiste en ese proceso (de autoengaño), y así se elude a sí misma».

(T.28-3-35)



Algunos hombres hicieron al Maestro preguntas que se pueden resumir en el comentario de que por mucho que uno se esfuerce, el "Yo" no es perceptible.

El Maestro replicó como acostumbraba: «¿Quién es ése que dice que el "Yo" no es perceptible? ¿Hay un "yo" ignorante, y un "Yo" elusivo? ¿Es que hay dos "yoes" en la misma persona? Hazte estas preguntas: ¿Quién dice que el "Yo" no es perceptible? ¿ Y de dónde procede la mente? Conócela y descubrirás que es un mito. El rey Janaka dijo: «He descubierto al ladrón que me ha estado arruinando hasta hoy, pero ahora lo voy a tratar como se merece. Entonces seré feliz". De forma parecida sucede a las personas».

P.: «¿Cómo conoce el "Yo"?»

R.: «El "Yo, Yo" siempre está ahí. No conocerlo es imposible. Tampoco es un nuevo conocimiento que tenga que ser adquirido. Lo que se manifiesta como nuevo, y no está aquí y

ahora, en algún momento desaparecerá. El "Yo" está siempre ahí. Hay obstáculos para su conocimiento y se llaman ignorancia. Retírala y el entedimiento brillará. De hecho, esta ignorancia, o incluso el conocimiento, no se aplican a *Atma* (Ser). Son solamente añadidos que necesitan aclaración, puesto que se dice del Ser que está más allá del conocimiento y de la ignorancia. Él permanece como es. Esto es todo».

P.: «No hay, a pesar de nuestros esfuerzos, un progreso perceptible».

R.: «Cuando obtenemos cosas que antes no teníamos hablamos de progreso. Mientras que, en el tema que nos ocupa, lo que interesa es retirar la ignorancia, y no la adquisición de conocimiento. ¿Qué clase de progreso puede uno esperar en la búsqueda del Ser?»

P.: «¿Cómo retirar la ignorancia?»

R.: «Mientras estabas tumbado en la cama, en Tiruvannamalai, soñaste que te encontrabas en otra ciudad. La escena era muy real para ti. Tu cuerpo permanecía aquí, en la cama de tu habitación. ¿Puede una ciudad entrar en tu habitación o pudiste dejar este lugar e irte a otra parte, dejando el cuerpo aquí? Ambas situaciones son imposibles. Por consiguiente, el hecho de estar tú aquí y buscar otra ciudad es irreal, pero aparece como algo real ante la mente. El "yo" del sueño desaparece pronto; después habla del sueño otro "yo" que no estaba en él . Ambos "yoes" son irreales. Solamente queda el substrato de la mente, que continúa sin interrupción, dando lugar a la aparición de muchas escenas. Un "yo" aparece con cada pensamiento y con su desaparición desaparece también ese "yo". A cada instante nacen y mueren muchos "yoes". La mente que subsiste es el verdadero asunto. Éste es el ladrón, según dice el rey Janaka. Encuéntralo y serás feliz.

(T. 24-4-35)

Un joven, llamado Knowles, vino para el *darshan* (recibir la gracia del Maestro). Había leído dos libros de Paul Brunton, y preguntó: «Los budistas dicen que el "yo" es irreal, mientras que Paul Brunton, en su libro *Secret Path* nos dice que hay que retirar el yo-pensamiento para alcanzar el estado del "Yo". ¿Cuál de los dos planteamientos es el correcto?

R.: «Se supone que hay dos "yoes": uno es inferior e irreal, por el que todos somos conscientes; el otro es el superior y real, que tiene que ser realizado...

No eres consciente de ti mismo cuando duermes; solamente eres consciente cuando estás despierto; es entonces cuando afirmas que antes dormías; en el estado del sueño profundo no eras consciente de ello. Así, en este mundo, la idea de la diversidad aparece con la conciencia del cuerpo. Ésta apareció en algún momento particular; tiene su origen y su final. Lo que la genera tiene que ser "algo". ¿Qué es ese "algo"? Es la Conciencia del "Yo". ¿Quién soy yo? ¿De dónde soy yo? Al encontrar el origen realizas el estado de la Conciencia Absoluta».

P.: «¿Quién es este "Yo"? Parece ser solamente un continuo de sensaciones-impresiones. La idea budista también refleja el mismo parecer».

R.: «El mundo no es externo. Las impresiones no tienen un origen externo, porque el mundo solo puede ser conocido por la conciencia. Él no dice que él existe. Son tus impresiones. Incluso ellas no son consistentes ni continuas. En el sueño profundo el mundo no es cognoscible, porque no existe para el hombre que duerme. Por consiguiente, el mundo es una secuencia del ego. Encuentra el ego. Encontrar su origen es la meta final.

(T. 15-6-35)

P.: «No hay nada que ver al buscar el "Yo"».

R.: «Porque estás acostumbrado a identificarte con el cuerpo y a identificar la vista con los ojos. Por consiguiente, dices no ver nada. ¿Qué es lo que se tiene que ver? ¿Quién ve? ¿Cómo ver? Solamente hay una conciencia, que se manifiesta como yo-pensamiento, se identifica con el cuerpo, se proyecta a través de los ojos y ve los objetos a su alrededor. Lo individual es limitado en el estado de vigilia y supone que ve algo diferente de él mismo. Sus sentidos lo evidencian y en ellos se basa su autoridad. Pero no admitirá que el vidente, lo visto y el acto de ver, son todos manifestaciones de la misma conciencia, cuyo nombre es "Yo, Yo". La contemplación ayuda a uno a superar la ilusión de que el Ser tiene que ser visual. ¿Cómo sientes el "Yo" ahora? ¿Tienes que mirarte en un espejo para conocer tu Ser? La Conciencia es el "Yo". Realízala, pues ella es la verdad».

P.: «Al investigar el origen de los pensamientos, captamos la percepción de un "Yo", pero esto no me satisface».

R.: «Está bien. La percepción del "Yo" está asociada con una forma, puede que sea el cuerpo. No obstante, no debería haber nada asociado con el Ser puro. El Ser no puede ser relacionado con nada; es pura realidad, en cuya luz son percibidos el cuerpo, el ego, etc. Al calmar todos los pensamientos, permanece la Conciencia Pura.

Justamente al despertar y antes de tomar conciencia del mundo, ahí se puede percibir el puro "Yo, Yo". Abrázalo sin dormirte y sin permitir que los pensamientos se apoderen de ti. Si haces esto con firmeza, no importará que percibas el mundo, puesto que al vidente no le afecta lo fenoménico».

(T. 9-6-36)



P.: «¿Cómo puede sentirse la conciencia del "Yo, Yo"?

R.: «Como una conciencia ininterrumpida del "Yo". Es simplemente conciencia».

P.: «¿Podremos reconocerla cuando se manifieste?»

R.: «Sí, como conciencia. Tú eres eso incluso ahora mismo. No habrá ningún error o duda cuando la conciencia sea pura».

(T. 18-6-36)



Un visitante, el doctor Lohara, preguntó en un momento dado de la conversación: «Este yo-pensamiento aparece en mí. Pero no conozco al Ser».

R.: «Lo que expresas son solamente conceptos mentales. Tú ahora te estás identificando con el "yo" erróneo, que es el yo-pensamiento. Este yo-pensamiento aparece y desaparece, mientras que el verdadero significado del "Yo" está más allá de ambas condiciones. No puede haber ningún momento que no seas el Ser. Tú, que acostumbras a dormir, estás ahora despierto. No hubo infelicidad en tu dormir profundo; Pero sí existe ahora. ¿Qué es lo que ha sucedido para que se perciba esta diferencia ? No había yo-pensamiento en tu sueño, mientras que ahora sí está presente. El verdadero "Yo" no alardea, y el falso "yo" sí lo hace. Este "yo" ficticio es el obstáculo para tu correcto conocimiento. Encuentra dónde aparece este falso "yo"; entonces desaparecerá y serás realmente lo que eres: el Ser Absoluto».

P.: «¿Cómo hacerlo? Hasta ahora no he tenido éxito».

R.: «Busca la fuente del yo-pensamiento. Es todo lo que uno tiene que hacer. El universo existe debido a él. Si finaliza, habrá también un final para la desdicha. El falso "yo" solamente acabará cuando se encuentre su origen.

El doctor Lohara continuó y se interesó por el significado de una estrofa del *Upadesha Sara*. Bhagavan respondió:

«Aquel que duerme es el mismo que está ahora despierto. Había Felicidad en el dormir, pero desdicha en la vigilia. No había yo-pensamiento en el sueño, pero sí ahora, mientras estamos despiertos. El estado de Felicidad y el pensamiento de no-yo surgen sin esfuerzo en el sueño. La meta debería traer a uno a ese estado, aquí y ahora. Esto requiere esfuerzo.

(T:2-7-36)



Entre los presentes surgió la siguiente duda: Si la Conciencia del Yo es lo mismo que *Nirvikalpa Samadhi* (Supremo éxtasis de la Unidad) o, por el contrario, esa Conciencia del Yo es una experiencia previa al *Nirvikalpa Samadhi.* Sri Bhagavan dijo que el agujero sutil que hay en el corazón permanece siempre cerrado, pero es abierto por el *vichara* (indagación), con el resultado de que la Conciencia del Yo se automanifiesta. Es lo mismo que el *samadhi* (éxtasis).

(T. 8-9-36)



P.: «Explíqueme amablemente, (el significado de este texto): "*Ahamehko name kashit nanamanyasya kashyachit nanan pasyami yasyanan tam na pasyani yo mama*". ("Yo solo soy; nada es mío; no soy de nadie; Yo no veo a nadie que sea yo; nada que sea mío".)»

R.: «Esta frase se encuentra en los libros sagrados de diferentes Escrituras, como el Bhagavata, el Maha Bharata, etc.

También forma parte del capítulo XI de *Self-realisation.* El *Aham* -el "Yo"- es solamente uno. Los egos son diferentes.

Están en el Ser único. Él no resulta afectado por los egos. El "Yo" es la verdad. Todo lo que sigue (a continuación, en el texto) es el medio para refutar el sentido de dualidad».

(T.18-11-36)



La audiencia de la sala estaba muy atenta a lo que escuchaba. Uno de ellos, devoto sincero de Bhagavan, estaba tan impresionado por lo que se decía que súbitamente perdió la conciencia de lo que le rodeaba. Más tarde describió su experiencia de esta manera: «Estaba reflexionando sobre dónde se origina la "corriente": si dentro o fuera de del cuerpo. De repente, éste se fue sutilizando hasta que desapareció. La investigación "¿quién soy yo?" tenía lugar muy claramente y con fuerza. Lo único que persistía era el sonido de "Yo, Yo", "Yo" . Existía una vasta expansión y nada más. También una vaga percepción de lo que ocurría en la sala. Me di cuenta de que la gente se levantó para saludar al final del canto védico. Quise hacerlo, pero este mismo pensamiento desapareció rápidamente. De nuevo me perdí en la vasta expansión. La experiencia continuó hasta que oí la voz de Sri Bhagavan. Eso me hizo volver a mi estado normal, me levanté y saludé. Una sensación extraña continuó durante más de media hora. No puedo olvidarla, todavía la llevo conmigo». Sri Bhagavan escuchó estas palabras, estuvo en silencio por algunos minutos e hizo estas observaciones: «Parece que uno sale de su cuerpo, pero este no es más que nuestro pensamiento, y en su ausencia no puede haber cuerpo, no hay un salir y entrar a él. Sin embargo, surge la sensación debido al hábito.

Un piedra de granizo cae a la superficie del mar, se disuelve en él, se convierte en agua, ola, espuma, etc. De la misma manera, el intelecto, que es sutil, aparece como un punto pequeño (ego) y burbujeante, desde el corazón hacia fuera; pero finalmente, volviendo a entrar dentro del corazón, se vuelve uno con él.

Aunque la leche pueda desparramarse y abarcar la anchura del mar, ¿puedes bebértela con una boca tan grande como él? Solamente puedes sorber a través de tus finos labios.

Nammalvar, un santo Vaishnavita, dijo: "Solamente Tú eres yo". ¿Qué significa esto? "Antes de realizar el Ser, andaba errante buscándote a Ti; ahora que lo he realizado, veo que tú eres mi Ser". ¿Cómo puede entenderse esto desde la visión monista? Esto debe explicarse así:

"Impregnando mi Ser, Tú permaneces como *antaryamin* (Ser Inmanente). Así, yo soy una parte de tu cuerpo y tú eres el dueño del mío (*sariri*)".

Una vez desechado nuestro cuerpo por no formar parte de nuestro Ser, ¿por qué deberíamos convertirnos en el otro, en el de Dios? Si nuestro cuerpo no es el Ser, tampoco lo son los de los otros. Los protagonistas de la visión monista piensan que la individualidad es necesaria para experimentar la felicidad y que, por ejemplo, no debería perderse la "yoidad". ¡Aja! El Ser no es el cuerpo, ¡pero tú mismo te conviertes en el cuerpo de Dios! ¿No es absurdo? O, si haces *prapatti* (entregarse uno) a Dios, tú, ya no te perteneces. Le perteneces, te has dado a Él. Si necesita un cuerpo, que procure cuidar de Sí mismo. Tú no necesitas decir que Él es el dueño de un cuerpo.

(T. 13-1-37)

Señor Shamanna: ¿Es que hay un sexto sentido para percibir el "Yo soy"?

R.: «¿Lo necesitas para saber que has dormido? Solamente hay un Ser funcionando a través de los cinco sentidos. O ¿quieres decir que cada sentido es independiente del Ser y que hay cinco seres admitiendo un sexto sentido para controlar a los otros? Hay un poder trabajando a través de los cinco sentidos. ¿Cómo puedes negar esa existencia ? ¿Desmiente la tuya propia? ¿No sigues existiendo cuando duermes?, ¿cuando no se percibe el cuerpo? Ahí el "Yo" continúa siendo el mismo que ahora. Así, nosotros admitimos nuestra existencia haya cuerpo o no. Los sentidos trabajan periódicamente, su trabajo empieza y acaba. Ha de haber un sustrato del que dependen las actividades. ¿Dónde aparecen y desaparecen? Tiene que haber un substrato único que no se puede percibir porque no hay un segundo ser para percibirlo, Él es único.

Todas estas discusiones solo son para erradicar la ignorancia. Cuando esto se haya conseguido, todo se verá claro. Ello dependerá de la madurez del individuo».

P.: «¿Puede la gracia acelerar la madurez en un buscador?»

R.: «Déjala a Él y entrégate sin reservas. Tienes que hacer una de estas dos cosas: Te entregas debido a tu incapacidad y requieres un poder de lo alto para que te ayude, o investigas dentro de la causa de la desdicha. Ve a la fuente y sumérgete en el Ser. Ambos caminos te liberarán de la penuria. Dios nunca olvida a aquel que se entrega a Él (*mamekam saranam vraja*)».

P.: «¿Después de hacerlo que sucede con la mente?»

R.: «¿Es la mente sometida la que hace la pregunta?» (Risas).

(T. 20-2-37)

Un devoto preguntó a Sri Bhagavan: «Con cada pensamiento, el sujeto y el objeto aparece y desaparece. ¿También desaparece el "Yo" cuando lo hace el sujeto ? Si es así, ¿cómo puede continuar la indagación del "Yo" ?»

R.: «El sujeto (el conocedor) es solamente un modo de la mente. Aunque el pensamiento pasa, no cesa la realidad que está detrás. En el fondo de las modificaciones está el "Yo", que es donde aparecen y desaparecen los cambios de la mente».

P.: «Después de describir al Ser como *srota* (oyente), *manta,* (pensador), *vijnana* (conocedor), etc. ; también es descrito como "asrota", *amanta, avijnata,* (no-oyente, no-pensador, no-conocedor). ¿Es así?»

R.: «Justamente así. El hombre común sólo se da cuenta de sí mismo cuando surgen modificaciones en el intelecto (*vijnanamaya kosa*); estas, aparecen y desaparecen, son transitorias. He aquí por qué llamamos *kohsa* o envoltura al *vijnanamaya* (intelecto). Cuando la atención pura queda libre, se le llama *Chit* (Conciencia) o el Supremo. La felicidad surge cuando estamos en nuestro estado natural después de la desaparición de los pensamientos. Si la felicidad es transitoria, aparece y desaparece, entonces es su envoltura o vaina (*Anandamaya kohsa*), no es el Ser Puro. Lo que se necesita después de que se sumerjan todos los pensamientos es fijar y no perder la atención en el "Yo"puro. Esto ha de ser descrito como un pensamiento extremadamente sutil; no se podría hablar de ello de ninguna otra manera, puesto que se trata del verdadero Ser. ¿Cómo nombrarlo y a quién?

Está muy bien explicado en el *Kaivalyam* y en el *Viveka Chudamani.* Así, aunque en el dormir la Conciencia del Ser no se pierde, la ignorancia del *jiva* (Ser individual) coexiste. Para destruir esta última es necesario un estado sutil de la mente (vrittijnanam); bajo los rayos del sol, el algodón no se incendia; pero si le interponemos una lupa, arde y es consu-

mido por el astro a través de ella. Así también, aunque la conciencia del Ser está presente en todo momento, no es contraria a la ignorancia. Si por medio de la meditación se consigue el estado sutil del pensamiento, entonces la ignorancia queda destruida.

En el *Viveka Chudamani* está escrito: "*ativa suksmam paramatmattatvam na sthoola dristya* (sumamente sutil, el supremo Ser no puede ser visto por el ojo físico)" y "*esha avayam jyoti rasesha sakshi* (este es el brillo del Ser y testigo de todo)".

Este sutil estado mental no es una modificación de la mente llamada "*vritti*" (pensamiento), porque los estados mentales son de dos clases: Uno es la condición natural y el otro una transformación en formas y objetos. El primer estado es el verdadero y el otro depende del hacedor (*kartru-tantra*). Cuando el segundo estado perece, el primer estado continúa presente, como el aceite permanece flotando en el agua. El medio para este fin es la meditación que, aunque implica la tríada (*triputi*) meditador-meditación-la meta, al final acaba en la conciencia pura (*jananam*). La meditación requiere esfuerzo; la conciencia pura no lo requiere. La meditación se describe como *kartru-tantra* (propia del hacedor), la conciencia pura como *vastu-tantra* (propia de lo Supremo)».

(T. 4-2-39.)



Un hombre de unos treinta años, de buena apariencia, vino a la sala con algunos acompañantes y comenzó a hablar repentinamente:

«Decir "Yo, Yo" no puede ayudar a nadie a llegar a la meta. ¿Puede señalarse al "Yo" en este momento?»

R.: «Hay que encontrarlo en el interior. No es un objeto que alguien te pueda mostrar».

P.: «Cuando se dan instrucciones para encontrar al "Yo", éstas tienen que mostrar de forma clara lo que enseñan».

R.: «La instrucción que se da aquí solo indica dirección. Usarla depende del buscador».

P.: «El buscador es ignorante y busca instrucción».

R.: «Por lo tanto, se le guía para que encuentre la verdad».

P.: «Pero no es suficiente, ha de señalarse el "Yo" de forma específica».

El hombre no escuchaba y había adoptado una actitud agresiva. Sri Bhagavan trataba de explicarle, pero él no lo permitía. Finalmente Bhagavan dijo:«Esta no es la actitud de un buscador. Cuando alguien enseña humildad al buscador, éste alcanza el camino a través de ella; no hay otro camino. En ese instante, los sacerdotes brahmines iniciaron el canto de los Vedas; en el templo se produjo un silencio.

Más tarde un devoto que estaba presente retomó la conversación; Sri Bhagavan dijo: «El buscador tiene que escuchar y tratar de entender. Si, por otra parte, lo que él desea es probarme, que lo haga, de cualquier manera yo no entro en debates.

El hombre del principio reanudó la conversación con estas palabras: «Mi actitud no fue entendida convenientemente: deseo conocer al "Yo", tiene que mostrárseme».

Pero mostró malicia en sus argumentos; a los presentes no les gustó su actitud y trataron de que se comportase, pero se enfadó más. Sri Bhagavan finalmente dijo: "Vuelve por el camino que viniste. Hazlo externa o internamente, como mejor te vaya a ti».

La excitación del hombre creció y los demás se fueron excitando también. Al final se le llevó fuera de la sala y se le despidió. Más tarde se supo que era un practicante de una es-

cuela de yoga y que desprestigiaba el resto de los sistemas especialmente el *jnana* (camino del conocimiento) y a los *jnanis* (sabios).

Por la noche, después de cenar, Sri Bhagavan habló de un tal Govinda Yogui, un *pandit* (erudito) *brahmin* (de la casta sacerdotal) de Mayali, de cierta fama en sus ensalzamientos del yoga y vilipendios de los otros métodos. Para apoyar sus comentarios citaba siempre la Gita, Los Upanishads, etc. Otros como el gurú Sri Narayana, lo refutaban usando los mismos textos.

Más tarde Sri Bhagavan habló con aprecio de la amabilidad de Amritanatha: un gran *tapasvi* (asceta), que ha hecho mucho *japa* y que ha alimentado a los pobres en muchas ocasiones y lugares. Se ganaba fácilmente la confianza de los demás, entre ellos la de grandes hombres como Sir P. Ramanathan y el Pandit Malaviya.

(T. 12-3-39)



P.: «¿Si el "Yo" es también una ilusión, ¿quién erradica la ilusión?»

R.: «El "Yo" erradica la ilusión de "yo" y, no obstante, permanece como "Yo". Tal es la paradoja de la auto-realización. El que ya está realizado no ve ninguna contradicción en ello. Toma por ejemplo, el caso de *bhakti* (devoción). Me acerco a *Iswara* (El Señor) y rezo para ser absorbido por Él; me entrego con fe, y concentración. ¿Qué es lo que permanece después? En el lugar del "yo" original, la perfecta autoentrega deja como único residuo a Dios, en el cual se absorve el "yo". Ésta es la forma más alta de devoción (*Parabhakti*), o entrega

(*Prapati*) y también el más elevado de los desapegos (*Vairagya*).

En este proceso del desapego, vas renunciando a los diferentes aspectos del "mi" (mis posesiones, mis..."). Si renuncias al "yo" y al "mi", automáticamente quedas liberado de todas las cargas, de todos los apegos. Porque lo que se deja a un lado es la misma semilla de posesión. Así, se corta de raíz o se aplasta lo negativo. Para actuar de esta manera, el desapego es cortado desde la raíz o aplastado. El desapego (*Vairagya*) ha de ser muy fuerte: El anhelo tiene que ser equiparable al de aquel hombre que tiene la cabeza debajo del agua y necesita salir a la superficie a respirar para poder vivir».

P.: «¿No podría suavizarse esta dificultad con la ayuda del Maestro o la adoración de Dios? ¿No nos concederían el poder de ver nuestro Ser tal y como es para sentirnos unidos a ellos y así llevarnos a la realización del Ser?»

R.: «La adoración de Dios y el gurú son ayudas muy poderosas en este camino, pero para que una ayuda sea eficaz, requiere tu esfuerzo. Ello es condición sine qua non. Eres tú quien tiene que ver el sol. ¿Pueden ver por ti los lentes y el sol? Tú mismo tienes que ver tu verdadera naturaleza. Para hacerlo no se necesita mucha ayuda».

(T. 4-2-35)



P.: «A cualquier pregunta que se te haga, dices: "Conoce primero a quién se le ocurre la duda", "¿hay alguien que dude del escéptico?", "conócete antes de hablar de otros", etc. Esto es verdaderamente un arma suprema (*Brahmastra*) en tus manos para tratar a los preguntones, y yo...»

R.: «Sí. ¿Qué es lo que tratas de decir?»

P.: «Por favor ven a nuestro nivel y sacude nuestras dudas. Tú puedes entender nuestra posición. Nosotros no podemos entender la tuya. Estás muy por encima y nosotros muy por debajo. Si lo deseas, puedes venir a nosotros, nosotros no podemos ir a ti».

R.: «¿A dónde quieres ir?»

P.: «Dicen que el Ser está en todas las partes; Brahman es omnipresente. Está más allá y es también el Ser. Si yo mismo soy Brahman, debería de estar en todas partes. Pero mi sensación es que radico en este cuerpo o que me veo limitado a él; incluso si soy distinto del cuerpo, no estoy separado de él. De la misma manera, no soy independiente de la mente, incluso el "Yo" parece ser una parte de la mente. ¿Dónde existe la mente sin el cerebro? Ciertamente, no puedo imaginar que puedo ser sin la mente o el cerebro, el cual es una parte de este cuerpo».

R.: «¿Has acabado? Las dudas no finalizan nunca. Si una se resuelve, otra ocupará su lugar. Es como arrancar las hojas de un árbol una por una. Incluso si se arrancan todas, saldrán nuevas hojas. Tiene que arrancarse el árbol mismo».

P.: «¿Qué se puede hacer? ¿Es erróneo pensar y expresar las dudas?»

R.: «No. Conocer quién duda es el único remedio seguro. Nadie duda del escéptico...»

P.: «Esto es lo que yo temía. Estoy amordazado...»

R.: «No. Vengo a rescatarte. Suponiendo que te doy una respuesta, ¿Dejarías de tener más dudas?... Dices que eres el cuerpo, la mente, etc. ¿Qué es esta mente que expresas que eres tú mismo? Manifiestas que todos son pensamientos, incluyendo muchas facultades... El "Yo" es una parte de la mente y ella una parte del cuerpo, ¿no es así?»

P.: «Yo no digo que sea así, sino que siento como si fuese así».

R.: «Sí; entonces prosigamos. Tú eres la mente. Ella está localizada en el cerebro o es el mismo cerebro. Tú concedes que está situada ahí. Al mismo tiempo dices que eres distinto de ella, aunque no estás separado de ella. ¿No es así? Entonces ubiquemos en el cuerpo todos los pensamientos, emociones, pasiones, deseos, apegos, impulsos, instintos, en suma, todo lo que nosotros somos, sentimos, pensamos y conocemos. ¿Dónde localizarías el "Yo", sea como idea, pensamiento o sentimiento?»

P.: «Sentimientos, emociones, etc., todos están localizados, esto es, que aparecen en el tronco del cuerpo, en el sistema nervioso, pero la mente asentada en el cerebro se da cuenta de ellos. Se llaman actos reflejos».

R.: «Así, si tú tomas el "Yo" como una parte de la mente, lo localizarías en el cerebro. No obstante, te digo que este "Yo" es verdaderamente una parte de ella, aun sintiéndose diferente de ella y usándola».

P.: «Estoy de acuerdo».

R.: «Entonces, este "yo" es ciertamente un pensamiento, un sentimiento íntimo, una experiencia autoevidente, inconsciencia que persiste incluso en el dormir profundo cuando la mente no está activa (a diferencia del estado de vigilia). De acuerdo con lo que dices, el "Yo", debe tener un lugar en el cuerpo».

P.: «¿Dónde está?»

R.: «Debes encontrarlo por ti mismo, pero no lo puedes hacer a través de una disección del cuerpo».

P.: «¿Entonces cómo?¿Por una disección de la mente?»

R.: «Sí, como eres la mente, tienes que diseccionarte y encontrar dónde estás tú (el "Yo"). Por eso te digo "Conócete"».

P.: «¿Pero realmente hay un centro, un lugar para este "Yo"?

R.: «Sí lo hay. Es el centro del Ser al cual la mente se reti-

ra cuando se va a dormir y deja sus actividades cerebrales. Es el corazón espiritual, distinto del denominado recipiente de sangre, no es el *anahata* chakra (chakra cardíaco), en el centro del pecho, uno de los siete centros que se menciona en los libros de yoga».

R.: «Entonces, ¿dónde está? Quizás lo reconozca más adelante. Si ese centro del Ser está en el cuerpo, ¿por qué dicen que Brahman es *Atman* (el Ser), que lo impregna todo, etc?»

R.: «Primero céntrate en el Ser que está localizado en el cuerpo y encuéntralo. Luego, puedes pensar en Brahman, la Presencia que está en todo.

(S.D.B.)



El señor Cohen dijo que el *Vivekachudamani* habla de que la Conciencia del "Yo, Yo" brilla eternamente en el corazón, pero sin que uno sea consciente de ello.

R.: «Sí, todo hombre, sin excepción, la tiene en cualquier estado en que uno pueda estar, sea vigilia, sueño o dormir profundo; sea consciente o no».

P.: «En la sección de "Conversaciones" del *Sat-Darshana-Bhashya*, el "Yo, Yo"se define como la Absoluta Conciencia; no obstante, Bhagavan me dijo una vez que cualquier realización antes de *Sahaja Nirvikalpa* (verdadera Naturaleza divina) es intelectual».

R.: «Sí, la Conciencia del "Yo, Yo" es el Absoluto, y aunque precede a la Conciencia de la verdadera Naturaleza, tanto una como otra están en la mente sutil; la diferencia estriba en que en el intelecto sutil la sensación de forma desaparece, lo que no sucede en el caso del mero intelecto».

P.: «Bhagavan, dijiste ayer que en el corazón del cuerpo

humano existe un "agujero" tan pequeño como la punta de un alfiler, por el que la conciencia burbujea siempre hacia fuera del cuerpo. ¿Está abierto o cerrado dicho "agujero"?»

R.: «Habitualmente está cerrado, siendo el nudo de la ignorancia que ata el cuerpo a la Conciencia. Se abre cuando la mente entra temporalmente en *Kevala Nirvikalpa* (éxtasis), pero se cierra de nuevo al salir de ese estado. En *Sahaja* permanece siempre abierto».

P.: «¿Cómo está durante la experiencia de la Conciencia del "Yo, Yo"?»

R.: «Esta Conciencia es la llave que lo abre permanentemente».

(G. R. 30-7-36)



Un visitante explicó que experimentaba una gran dificultad en la meditación, una lucha con lo que él imaginaba que era su ego. «En mi meditación trato de eliminar el "yo" erróneo, pero sin éxito hasta ahora».

R.: ¿Cómo puede eliminarse el "yo"? Todo lo que tienes que hacer es encontrar su fuente y permanecer ahí como en tu verdadero Ser. Hasta ahí es donde tu esfuerzo puede extenderse; el que está más allá, cuidará de Sí mismo».

P.: «Bhagavan, siempre dices que el Ser está eternamente presente. Si es así ¿por qué no lo siento?»

R.: «¿Es que tú ahora no sientes que existes? Tu duda es si siempre continuarás existiendo. ¿Por qué deberías tener tales dudas? Nada más pensar un poco te convencerás de que la parte destructible de tu ser, el cuerpo, es una mera máquina, una herramienta al servicio de la mente eterna, que es "todo en todo": el conocedor y el maestro; tú mismo. Tus dudas y di-

ficultades aparecen debido a tus pensamientos, que perciben el cuerpo y lo confunden contigo mismo. Detenlos, son tu enemigo (el ego), y la mente permanecerá como tu Ser puro, el "Yo" inmortal. Ésta es la mejor manera de eliminar el ego. (G.R.18-6-36)



Cuando el señor Mudaliar entró en la sala por la tarde, Bhagavan ya estaba dando respuesta a algunas preguntas hechas por el señor Poonja, un penyabi.[19]

R.: «[...] Te pido que veas dónde aparece el "Yo" en tu cuerpo, pero no es del todo correcto decir que el "Yo" aparece y se sumerge en el corazón, en la parte derecha del pecho. El corazón es otro nombre de la realidad y no está ni dentro ni fuera del cuerpo; no puede haber dentro o fuera de ella, puesto que solamente es. Por "corazón" no quiero decir ningún órgano fisiológico, plexo nervioso o cualquier otra cosa parecida, pero mientras uno se identifica con el cuerpo y piensa que está en él, se le recomienda que permanezca atento a la sensación de sí mismo, para captar en qué parte del organismo aparece y desaparece de nuevo el yo-pensamiento. Esta sensación del corazón se siente en la parte derecha del pecho, puesto que cada hombre, de cualquier raza o religión y en cualquier idioma, al decir "yo" se señala esta zona del pecho para indicarse a sí mismo. Así es en todos los lugares del mundo, por lo tanto, ése debe de ser el lugar. Así, en el corazón es donde se puede percibir el emerger del yo-pensamiento, tanto cuando uno se va a dormir como al despertar, a través de una constante vigilancia». (D. D. 23-5-46)

19. Natural del Panyab, estado situado al noroeste de la India.

P.: «¿Cómo podré "estar" en todo?»

R.: «Deja de lado el pensamiento de "yo ahora no estoy en todo"».

P.: «¿Cómo impregnar los objetos que están separados de mí?»

R.: «¿Existen independientemente del "Yo"? ¿Te dicen a ti: "nosotros somos"? Tú los ves. Tú eres y luego los objetos son vistos. "Sin mí, estos objetos no existen"-este conocimiento está impregnado en el Ser. Debido a la idea "yo soy el cuerpo", los objetos separados se ven como si estuviesen fuera. Percátate de que todos ellos están dentro de ti mismo. Una prenda de ropa, ¿es independiente de los hilos? ¿Pueden los objetos permanecer sin mí?»

(T. 22-3-38)



P.: «*Aham* ("Yo"), se refiere al individuo y también a Brahman. Uno se siente confundido».

R.: «Es el *upadhi bheda* (debido a las limitaciones). Las limitaciones del cuerpo pertenecen al *aham* individual ("yo"), mientras que las universales pertenecen al *Aham* de Brahmán ("Yo"). Quítalas todas y descubrirás que el "Yo" (*Aham*) es puro y sin segundo.

(T. 26-12-37)



El señor V. Gupta, un pandit telegú,[20] está de visita aquí. Sri Bhagavan dijo en el curso de una conversación: *Aham krti* (el ego) no es lo mismo que *Aham*. Este último es la Realidad suprema, mientras que el primero es el ego. Tiene que superarse antes de que la verdad pueda ser realizada. El Ser supremo es inmanifestado y el primer signo de manifestación es el *Aham Sphurana* (la luz del "Yo").

El *Brihadarañayaka Upanishad*[21] dice: "*Aham nama abhavat*" (Él se convierte en el "Yo soy". Éste es el nombre original de la realidad.)

(T. 27-9-38.)



El señor Lowman, un australiano que estaba de visita, parecía estudiar el sistema de filosofía hindú. Empezó diciendo que creía en la Unidad; el *jiva* (alma individual o ego), no obstante, es para él, entre otras cosas, una ilusión».

R.: «¿Qué entiendes por Unidad? ¿Cómo puede encontrar el *jiva* un lugar en Ella?»

P.: «La Unidad es el Absoluto».

R.: «El *jiva* no puede encontrar un lugar en la Unidad».

P.: «El *jiva* no ha realizado el Absoluto y se imagina separado».

R.: «El *jiva* está separado porque tiene que existir para imaginar algo».

P.: «Pero es irreal».

R.: «Algo irreal no puede producir efectos, es como decir

20. Un erudito (pandit) de la filosofía hindú del estado de Kerala, al Sur de la India.

21. Texto Sagrado de la filosofía Vedanta

que has matado algún animal con los cuernos de una liebre. A una liebre no le crecen cuernos».

P.: «Veo el absurdo; pero yo hablo desde el plano físico».

R.: «Tú dices "yo". ¿Quién es este "yo"? Si lo encuentras, después podrás decir de quién es la ilusión».

Tras un breve silencio Sri Bhagavan preguntó: «Dices que ahora estás en el plano físico. ¿En qué plano estás en el sueño sin sueños?»

P.: «Pienso que también estoy en el plano físico».

R.: «Dices, "pienso", eso significa que lo dices ahora, cuando estás despierto. De cualquier manera, admites que existes en el dormir profundo, ¿no es verdad?»

P.: «Sí, pero entonces no funciono».

R.: «Así, tú existías en el dormir profundo y; ahora eres el mismo que continúa existiendo, ¿no es así?»

P.: «Sí».

R.: «Con esta diferencia, la de que no funcionas cuando duermes, reconoces la facultad de pensar en tu estado de vigilia, pero no así en el sueño ¿cierto?»

P.: «Sí».

R. «¿Cuál es entonces tu verdadera naturaleza? ¿Estar asociado con el pensar o estar disociado?»

P.: «Ahora lo veo, pero no era consciente de mi Ser mientras dormía».

R.: «Esto lo dices ahora, pero no cuando duermes. ¿O es que niegas tu Ser (Existencia) en el sueño?»

P.: «No».

R.: «Esto significa que existes en ambos estados. La Existencia Absoluta es el Ser. Tú también eres consciente de la Existencia. Ella (*Sat*) es también Conciencia (*Chit*). Ésta es tu verdadera naturaleza».

P.: «Pero pensar es necesario, incluso para la realización».

R.: «Ese pensar es de ayuda para la eliminación de todo el pensar».

P.: «Debido a mi ignorancia, no realizo la Existencia-Conciencia Absoluta».

R.: «¿Quién es el "Yo"? ¿De quién es la ignorancia? Responde a estas cuestiones y sera suficiente para probar que ya estás realizado. ¿O puede alguien decir que él no existe cuando duerme? Así se admite la Existencia Pura. La admisión también implica conciencia. De esta manera todos los hombres están realizados. No hay de ningún modo hombres ignorantes».

P.: «Sí, entiendo. Pero tengo un comentario que hacer: el estado de realización es un estado sin deseos. Si un ser humano no tiene deseos, deja de ser humano».

R.: «Admites tu existencia cuando durmes, pero entonces no funcionabas, no eras consciente de tu cuerpo físico. No te limitabas a este cuerpo, por lo tanto no encontrabas algo separado de tu Ser.

Ahora, en el estado de vigilia, continúas siendo la misma existencia con las limitaciones añadidas del cuerpo, que te hacen ver otros objetos. He aquí la aparición de los deseos. Pero el estado sin deseos al dormir no te hace menos feliz que ahora. No sentías deseos; tampoco te sentías desgraciado por no tenerlos. No obstante, ahora te entretienes deseando porque estás limitado a esta forma humana. ¿Por qué deseas retener estas restriciones y continúas manteniendo deseos?–Sri Bhagavan continúa–:¿Es que el cuerpo te dice que está ahí? Es cierto que algo, aparte del cuerpo, permanece consciente. ¿Qué es ello? Dices que es el "yo", el ego que aparece simultáneamente cuando el individuo despierta del sueño. Así sea. El cuerpo no es sensitivo. El Absoluto no habla. El ego sí lo hace. Mientras duerme, uno no aspira a la liberación. La aspiración aparece solo en el estado de vigilia. Las funciones del

estado de vigilia son del ego, que es sinónimo del "yo limitado". Encuentra quién es este "yo". Al hacerlo todas estas dudas se aclararán y permanecer como el auténtico "Yo".

(T.27-9-38)



Visitante: No soy capaz de formarme una concepción del Ser o *Tat*; ¿cómo puedo fijar el *aham* ("yo") en el Ser (*Tat*)?»

R.: «Porque tendrías que preocuparte de concebir el *Tat* (Ser) que no percibes. Trata de encontrar el "yo" que conoces, qué es y de dónde aparece. Esto es suficiente».

(D. D.19-9-45)



P.: «¿De qué manera puede unirse el *jiva* (alma individual) con *Shivam* (Dios)? ¿Cómo se convierte el *jivatman* (el alma individual) en uno con el *paratman* (Dios)?

R.: «Nosotros no sabemos nada acerca de Shiva o el Paratman (Dios), pero sí conocemos el jiva. O más bien, sabemos que existimos. "Yo soy" es lo único que siempre permanece, incluso cuando el cuerpo no existe para nosotros como, por ejemplo, cuando dormirmos. De momento nos centraremos en esto e investigaremos de dónde surge el sentido del "yo-ego" o *ahamkara*, como tú lo llamas.

(D. D.27-12-46)



P.: «¿Cómo puede cualquier investigación iniciada por el ego revelar su propia irrealidad?»

R.: «La existencia fenoménica del ego se trasciende cuando te sumerges dentro del origen donde aparece el *aham-vritti* o yo-pensamiento».

P.: «¿Pero no es el yo-pensamiento sólo una de las tres formas en las cuales se manifiesta el mismo ego? El *Yoga Vasishtha* y otros textos antiguos explican que el ego se manifiesta en tres formas».

R.: «Así es. Se describe que el ego tiene tres cuerpos: el grosero, el sutil y el causal, pero esta descripción es para un propósito analítico. Si el método de la indagación tuviese que depender de las formas del ego, podrías llegar al punto en que la indagación fuera del todo imposible, porque las formas que el ego asume son legión. Por consiguiente, el propósito del *jnana-vichara* (el camino del conocimiento) es que te centres en la base de que el ego tiene una forma, cuyo nombre es: yo-pensamiento».

P.: «Pero puede ser inadecuada para realizar el conocimiento».

R.: «La indagación del Ser es seguir la pista del yo-pensamiento; es como el perro que para encontrar a su dueño sigue el rastro de olor. El amo puede estar lejos, a cierta distancia en algún lugar desconocido, pero esto no será inconveniente para que el can llegue a él. El olor del dueño es la pista infalible para el animal y no necesita nada más (vestido, complexión, estatura, etc.) Esto permite al perro no distraerse en su búsqueda, y al final, consigne alcanzar al dueño».

P.: «La pregunta permanece todavía porque la búsqueda de la fuente del yo-pensamiento, que es diferente de otros pensamientos, debería considerarse la vía directa para la realización del Ser».

R.: «La palabra '*Aham*' (Yo soy), en ella misma, es muy su-

gestiva. La dos letras de la palabra 'A' y 'HA', son la primera y última letra del alfabeto sánscrito. Lo que se intenta transmitir con esta palabra es que ella lo abarca todo. ¿Por qué? Porque *Aham* significa "la Existencia misma". Aunque el concepto "Yo" o "Yo soy" se emplea comúnmente como *Aham-vritti*, o yo-pensamiento, no es realmente como los otros pensamientos que surgen en la mente. Porque a diferencia de los que no tienen una interrelación fundamental, el yo-pensamiento está igual y esecialmente relacionado con cada pensamiento de la mente. Sin el *Aham-vritti* o yo-pensamiento no existiría ninguno de ellos (*vritti*), porque el *Aham-vritti* (yo-pensamiento) puede subsistir por sí mismo sin depender de ningún otro pensamiento. El *Aham-vritti* o yo-pensamiento es, por lo tanto, sustancialmente diferente de los otros pensamientos. Así, la búsqueda de la fuente del yo-pensamiento no es meramente la búsqueda de la base de una de las formas del ego, sino de la misma fuente de la cual aparece el "Yo soy". En otras palabras, la búsqueda de la realización de la fuente del ego en la forma del yo-pensamiento implica necesariamente la trascendencia del ego y cada una de sus posibles formas».

P.: «Concediendo que el yo-pensamiento abarca todas las formas del ego, ¿por qué debería escogerse solo ese pensamiento como medio para la indagación del Ser?»

R.: «Porque es un dato irreductible de tu experiencia; porque la búsqueda de la fuente es el único camino practicable que puedes adoptar para realizar el Ser. Se dice del ego que tiene un cuerpo causal, pero ¿cómo puedes hacer de ello el sujeto de tu investigación? Cuando el ego adopta esa forma, tú estás sumergido en la oscuridad del sueño».

P.: «Pero ¿no es el ego en sus formas sutil y causal demasiado intangible para tratar de conducirlo, a través de la indagación, hasta la fuente del yo-pensamiento mientras la mente está despierta?»

R.: «No. En la fuente del yo-pensamiento la indagación toca la existencia misma del ego. Por lo tanto, la sutileza de las formas del ego no impide llegar a la fuente».

P.: «Si la meta es la realización del, Ser puro e incondicionado del Yo, que no depende de ninguna manera del ego, ¿cómo es posible que la indagación del ego en la forma del yo-pensamiento tenga alguna utilidad?»

R.: «Desde el punto de vista funcional, de la forma, de ser actividad o de cualquier otra manera que puedas llamarlo, el ego tiene una única característica: funciona como nudo entre el Ser, que es Pura Conciencia, y el cuerpo físico, que es inerte e insensible. Al ego, por lo tanto, se le llama *chit-jada granthi*.[22] En tu indagación de la fuente del yo-pensamiento tomas el aspecto esencial del ego, y por ello, la indagación lleva a la realización de la Pura Conciencia del Ser».

P.: «¿Cuál es el vínculo entre la pura Conciencia realizada por un *jnani* y el "Yo soy", que es aceptado como la sensación primaria de la experiencia?»

R.: «La Conciencia indiferenciada del Ser puro es el corazón o *hridayam*, que eres tú realmente, como la palabra misma indica (*Hrit-Ayam* = corazón soy Yo). Del corazón aparece el "Yo soy" como la primera sensación de la experiencia de uno. A esa sensación se le llama *suddha-sattva* (carácter puro). Así, en este *suddha-sattva svarupa* (aspecto de la naturaleza pura), no contaminado por el principio de actividad (*rajas*) ni el de la oscuridad e ignorancia (*tamas*), el "Yo" aparece porque subsiste en el *jnani*».

(M. G. 80-81-82-83)



22. Nudo o puente entre el físico y la conciencia.

El señor Shamanna de Mysore preguntó a Sri Bhagavan: «Le agradecería que me explicara el significado de la luz del "Yo, Yo" (*Aham sphurana*)».

R.: «El "Yo" no se conoce en el sueño. Al despertar, el "yo" se percibe y se asocia con el cuerpo, el mundo y el no-ser en general. Este "yo" es el yo-pensamiento (*Aham-vritti*). Cuando el "Yo" representa solamente al Ser, es el *Aham Sphurana* (la luz del "Yo, Yo"), es propio del *jñani* (sabio) y es llamado sabiduría (*jnana*) por los sabios, o *bhakti* (devoción) por los devotos. Aunque siempre está presente, incluso al dormir, no se percibe. No puede ser conocido repentinamente en el sueño. Previamente ha de realizase en el estado de vigilia, porque es nuestra verdadera naturaleza, subyacente a los tres estados (vigilia, sueño y sueño profundo). El esfuerzo sólo debería hacerse en el estado de vigilia y realizarse en el aquí y ahora. Después se comprenderá que el Ser es continuo e ininterrumpido a través de los tres estados. Así es la experiencia continua. A falta de una expresión más adecuada nos referimos a ella con el nombre de yo-pensamiento. Aquí, la palabra "pensamiento" (*vritti*) no debería interpretarse de una forma literal; se parecería a definir un océano como si fuera un río, lo cual es absurdo; el pensamiento es de corta duración. Sin embargo, la experiencia a la que nos referimos es directa, es Absoluta Conciencia rota por la intrusión de pensamientos, de los sentidos, etc. El pensamiento es la función de la mente. La conciencia, que es continua, la trasciende. Es el estado natural del *jñani* (sabio) o de un ser liberado; una experiencia sin costuras que se asienta cuando la conciencia relativa (la del pensamiento) desaparece. Por consiguiente, el yo-pensamiento es discontinuo, mientras que la luz del "Yo, Yo" es continua e ininterrumpida. Cuando los pensamientos desaparecen, la luz brilla por Sí misma.

(T.27-12-36)

# CAPITULO SEGUNDO
# "EL SER"



Asistía a los encuentros un hombre americano que estaba un poco sordo. Acostumbrado a tener confianza en sí mismo desde su juventud, esta sordera le tenía preocupado. Por ello, mencionó esta cuestión a Ramana.

R.: «Tú no tenías autoconfianza sino, más bien, ego-confianza. Es bueno que desaparezca y te conviertas verdaderamente en Ser-confianza, es decir: que la confianza descanse en el Ser. Después Sri Bhagavan añadió: «No hay ninguna causa para preocuparse. La subyugación de los sentidos es el primer paso para la realización del Ser. Dios mismo te libera de este sentido, el oído, a través de la sordera. Así es mucho mejor». El americano dijo que apreciaba el humor, pero que, a pesar de ello, su autorrespeto sufría».

R.: «El Ser es solo uno. Te sientes herido si te culpas o te riñes por tus errores. Si te agarras al Ser no habrá una segunda persona para reñirte. Cuando ves el mundo y te identificas

con él, te has perdido y te has soltado del Ser. Por el contrario, ágarrate al Ser y el mundo no aparecerá».

(T. 31-1-36)



Unas mujeres parsis[23] pidieron a Ramana que les explicara por qué no se realiza el Ser. Aunque siempre esté presente y en lo más íntimo, no es realizado. Maharshi citó las siguientes historias: 1.ª –*Svakanthabharanam yatha*, la historia del collar que está en el cuello de la persona y pese a que ésta lo busca por todas partes, no cae en la cuenta de que lo tiene puesto; 2.ª –*Dasama*, la de los diez tontos que al atravesar un río se contaron y llegaron a la conclusión de que eran nueve, porque el que contaba se olvidó de contarse a sí mismo. 3.ª –El cachorro de león que fue criado en un rebaño de cabras. 4.ª– Karna, que supo de su verdadera familia 5.ª–El hijo del rey, que fue criado en una familia de clase baja.

También preguntaron a Maharshi qué opinaba del *Yoga de Sri Aurobindo*, y de su afirmación de haber ido más allá de la experiencia de los *Rishis* (sabios) védicos; y de Madre, su compañera espiritual, quien señalaba que la aptitud de sus discípulos debía arrancar de la enseñanza de los sabios védicos y continuar hasta alcanzar la realización suprema.

R.: «Aurobindo aconseja entrega total. Hagamos esto primero y esperemos los resultados, y luego, más tarde, si es necesario, dialoguemos, pero no ahora. No tiene ningún sentido discutir experiencias trascendentales con aquellos que no están libres de limitaciones. Aprende lo que es la entrega, el

23. Parsis: Pertenecientes a la religión parsi, original de la antigua Persia (actualmente, Irak).

sumergirte en la fuente del ego, que es el Ser. Nosotros amamos todo debido al amor del Ser. El Ser es aquello por lo que entregamos nuestro ego y permitimos al Poder Supremo que haga lo que le parezca. Entonces, el ego es del Ser. Nosotros ya no tenemos ningún derecho sobre él. No obstante, suponiendo que tuviéramos derechos, deberíamos entregarlos».

P.: «¿Y qué hay de atraer la Conciencia Divina desde lo alto?»

R.: ¡Cómo si ella no estuviera ya en el corazón! Sri Krishna dice en la Gita: "Oh Arjuna, Yo estoy en la expansión del corazón", Un mantra de los Upanishads manifiesta: "El que está en el Sol también está en el hombre". "El reino de Dios está dentro", expresa la Biblia. Todos están de acuerdo en que Dios está dentro. ¿Qué es lo que hay que atraer hacia abajo? ¿De dónde? ¿Quién tiene que atraer qué, y por qué?

La realización es solo despejar los obstáculos para el reconocimiento de la realidad eterna e inmanente. La realidad es. No se necesita llevarla de un lugar a otro.

P.: «¿Qué me dice acerca de las enseñanzas de Sri Aurobindo de empezar desde la realización del Ser y continuar el desarrollándose?»

R.: «Primero realicemos y luego veamos».

Más tarde, Maharshi empezó hablar de teorías similares: «Los visishtadvaitines dicen que primero se realiza el Ser, y que el alma individual desarrollada se entrega al alma universal. Solamente así la realización es completa. La parte se da a la totalidad. Esto es liberación y *sayujya* (unión). La simple autorrealización no es la culminación del estado del Ser puro.

Los *Siddhas* dicen que si uno deja su cuerpo como un cadáver, no puede alcanzar *mukti* (la liberación). Éste se reencarnará de nuevo. Solo aquellos cuyos cuerpos se disuelven

en el espacio, en luz, desaparecen de la vista, alcanzan la liberación. Los *siddhas* dicen con respecto a los seguidores advaitines de la escuela de Shankara que conseguir solamente la autorrealización no es el final. También hay otros que preconizan sus propias teorías favoritas como las mejores, como, el desaparecido Venkaswami Rao, de Kumbakonam, y Brahmananda Yogi, de Cuddapah. El hecho es el siguiente: Hay una realidad, que no se ve afectada por ninguna discusión. Desarrollemos este estado de realidad y no nos enzarcemos en discusiones fútiles sobre su naturaleza».

(T. 14-6-36)



P.: «Emerson dice que el ser humano capta el lenguaje del alma directamente y no a través de palabras o descripciones».

R.: «Del todo correcto. Sin embargo, cuando aprendas más, no habrá limitaciones al conocimiento.Tú ignoras al que duda, pero tratas de solucionar las dudas; contrólale y las dudas desaparecerán».

P.: «Entonces, todo se resuelve al conocer al Ser».

R.: «Completamente exacto».

P.: «¿Cómo conocer al Ser?»

R.: «Mira lo que es el Ser. Lo que tú consideras que Él es, en realidad es la mente, el intelecto o el yo-pensamiento. Los demás pensamientos aparecen después del yo-pensamiento. Por lo tanto, céntrate en él. Los otros desaparecerán dejando únicamente el Ser».

P.: «La dificultad reside en alcanzarlo».

R.: «No hay necesidad de alcanzarlo, porque es eterno, aquí y ahora. Si el Ser tuviera que conquistarse de nuevo, no sería permanente».

P.: «¿Cómo alcanzar la ecuanimidad, la paz o el equilibrio de la mente? ¿Cuál es el mejor camino?»

R.: «Ya te he respondido: Investiga la mente. Ella se elimina y tú permaneces. Permite que tu punto de vista se convierta en sabiduría, entonces verás al mundo como lo ve Dios (*Dristim jnanamayin krtvaJagat Brahmamayam pasyet*).

O sea, que todo depende de nuestro punto de vista. Tú lo penetras todo; ve a tu Ser y lo entenderás completamente. Lo que sucede es que ahora has perdido contacto con el Ser y vas dudando de todo».

P.: «¿Cómo conocer al Ser?»

R.: «¿Es que hay dos yoes? ¿Cómo conoces tu propia existencia? ¿Te ves a ti mismo con estos ojos físicos? Cuestiónate: ¿Cómo te haces esta pregunta? ¿Es que me siento distinto del Ser para tener que preguntar? ¿Puedo encontrar mi Ser como en un espejo?

Debido a tu punto de vista, que tiende a ver las cosas externas, has perdido de vista al Ser. Él no se encuentra en lo manifestado. Dirije tu mirada al interior y zambúllete; entonces, encontrarás al Ser».

(T. 20-7-36)



P.: «¿Qué es lo único real?»

R.: «Lo que Es. Lo demás es sólo apariencia. La diversidad no es su naturaleza. Nosotros estamos leyendo los caracteres impresos en el papel, pero ignoramos el papel que hace de base. Similarmente, eres atraído por las manifestaciones de la mente y dejas escapar el fondo. ¿De quién es el error?»

P.: «¿Hay alguna limitación para el Ser?»

R.: «¿Qué es el Ser?»

P.: «Es alma individual».

R.: «¿Qué es el alma individual? ¿Hay alguna diferencia entre los dos o son idénticos?

Cualquier nueva apariencia está atada a desaparecer. Cualquier cosa creada, ciertamente perecerá. Lo que es eterno no pasa por el nacimiento ni por la muerte. Ahora confundimos las apariencias con la realidad. Las apariencias conllevan su propio final. ¿Qué es eso que aparece nuevamente? Si no lo puedes encontrar, entrégate sin reservas al sustrato de las apariencias y lo que quedará será la realidad».

(T. 20-7-36)



Alguien expresó sus dudas a Ramana, y éste le respondió: «Cógete fuertemente al Ser, tus incertidumbres desaparecerán».

P.: «¿Cómo hacerlo?»

R.: «Esta pregunta concierne a los asuntos del no-ser, pero no a los del Ser. ¿Dudas de la existencia de tu propio Ser?»

P.: «No. Pero todavía deseo conocer cómo puedo realizarlo. ¿Hay algún método que me conduzca a ello?»

R.: «Esfuérzate. Como el agua se recoge después de perforar un pozo, así también la indagación te lleva a realizar el Ser».

P.: «Sí. Pero algunos encuentran agua fácilmente y otros con dificultad».

R.: «Pero ya ves la humedad en la superficie. Eres vagamente consciente del Ser. Sigue con ello. Cuando el esfuerzo cese, el Ser brillará en ti».

(T. 23-8-36)

P.: «¿Cómo puedo alcanzar el Ser?»

R.: «No existe alcanzar el Ser. Si tuviera que ser alcanzado, querría decir que no está aquí y ahora, y que debería alcanzarse de nuevo. Lo que se obtiene de nuevo desaparecerá en cualquier momento, será impermanente. No merece la pena esforzarse por algo que no es duradero. Por lo tanto, te digo: El Ser no se alcanza. Tú eres el Ser. Ya eres Él. El hecho es que ignoras tu estado de felicidad. Sobreviene la ignorancia y pone un velo sobre ella. Los esfuerzos que uno hace están dirigidos únicamente a retirar esta ignorancia, que consiste en un conocimiento erróneo. Éste se basa en la falsa identificación del Ser con el cuerpo, la mente, etc. y tiene que erradicarse. Lo que permanece es el Ser».

P.: «¿Cómo sucede eso?»

R.: «Por la indagación en el Ser».

P.: «Es difícil. ¿Puedo realizar al Ser, Maharaj? Te ruego que me ayudes. Parece tan difícil...»

R.: «Tú ya eres el Ser. Por lo tanto la realización es común a todos. y no advierte diferencias en los aspirantes. Esta misma duda: "¿Puedo realizar?", o el sentimiento: "Yo no he realizado" son los obstáculos. Libérate también de ellos».

P.: «Sin tener la experiencia de la realización esto que usted me dice no me basta. Sin ella, ¿cómo librarme de mis pensamientos angustiosos?»

R.: «Están en la mente. Y lo están porque te has identificado con el cuerpo. Si esta falsa identidad desaparece, la ignorancia se va y la verdad se revela».

P.: «No obstante, siento la dificultad. Hay discípulos de Bhagavan que han recibido su gracia y se han realizado sin muchos problemas. Yo también deseo tener esa gracia. Como soy una mujer y vivo lejos, no me puedo permitir estar en la compañía sagrada del Maharshi tanto tiempo ni tan a menudo como yo quisiera. Posiblemente no pueda volver. Ruego

la gracia de Bhagavan. Cuando vuelva a mi ciudad deseo recordarlo. ¡Por favor, concédame mi plegaria!»

R.: «¿Dónde te vas a ir? No te vas a ninguna parte. Incluso si supones que eres el cuerpo, ¿ha venido él de Lucknow a Tiruvannamalai? Tú simplemente te has sentado en los vehículos que te han llevado de un sitio a otro, y finalmente dices que has llegado aquí. El hecho es que tú no eres el cuerpo. El Ser no se mueve. El mundo se mueve en Él. Tú eres solamente quien Eres. No hay cambio en ti. Entonces, aún después de lo que parece ser tu partida desde aquí, estás aquí, allí y en todas partes. Las escenas están en movimiento.

En cuanto a la gracia, está dentro de ti. Si fuese externa no tendría ninguna utilidad. La gracia es el Ser. Nunca estás fuera de su servicio. La gracia siempre está ahí».

P.: «Quiero decir que, cuando piense en ti, mi mente debería ganar fortaleza y la respuesta debería venir también desde ti. No deberías dejarme sola con mis esfuerzos individuales que, después de todo, son muy débiles».

R.: «La gracia es el Ser, ya te lo he dicho. Si recuerdas a Bhagavan, se debe al impulso que sale del Ser. ¿No está ya la gracia ahí? ¿Hay algún momento en el que la gracia no actúe en ti? Tu recuerdo es el precursor de la gracia. Ésta es la respuesta, esto es el estímulo, esto es el Ser y esto es la gracia. No necesitas sentir ansiedad».

(T: 29-9-36)



El señor Duncan Greenless citó unos versos del *Srimad Bhagavatam* que decían:

«Ve al Ser en ti mismo como el puro éter en todos los seres, tanto dentro como fuera. No sientas vergüenza de pos-

trarte delante de un descastado, o ante una vaca o un burro. Mientra no percibas el "Yo" en todo, adora todo con el cuerpo y la mente. Con el correcto conocimiento, ve todo como Brahma. Hecho esto, todas las dudas acabarán y tú permanecerás interiorizado en el Ser».

Luego hizo las siguientes preguntas:

P.: «¿Es éste el verdadero camino para la realización del único Ser? ¿No es más fácil para algunos practicar el ver a Bhagavan en todo lo que ve la mente, en vez de buscar el supermental a través de la indagación mental "¿quién soy yo?»

R.: «Sí. Cuando ves a Dios en todo, ¿ piensas en Dios o no? Ciertamente debe estar en nuestra mente para verlo alrededor nuestro. Mantener a Dios en tu mente lleva a ésta a *dhyana* (meditación). *Dhyana* es el estadio anterior a la realización que se te da solamente en el Ser. Es indiferente que tú hagas *dhyana* en Dios o en el Ser. La meta es la misma, pero no te puedes escapar del Ser. ¿Quieres ver a Dios en todo, pero no en ti mismo? Si todo es Dios, ¿no estás incluido en eso que es todo? Si tú mismo eres Dios, ¿no es una maravilla que todo sea Él? Tiene que haber un vidente y pensador para realizar la práctica. ¿Quién es?»

P.: «A través de la poesía, la música, la repetición del mantra (*japa*), cantos devocionales (*bhajan*), hermosos paisajes, leer la vida de héroes espirituales, etc. a veces uno experimenta un verdadero sentido de unidad. ¿Es ese sentimiento de profunda felicidad (donde el ser personal no tiene lugar) el "entrar en el corazón" del cual habla Bhagavan? ¿La continua práctica de ello nos conducirá a una unión (*samadhi*) más profunda con el Ser y así, por último, a una completa visión de lo real?»

R.: «De nuevo: Hay felicidad en los paisajes agradables y en todo lo demás que has mencionado. Esa felicidad es inherente al Ser; no es extraña ni está alejada. Tú profundizas en el

Ser puro en las ocasiones que consideras placenteras. Ese profundizar revela la felicidad autoexistente. Pero la asociación de ideas es la responsable de creer que la felicidad está en las otras cosas o sucesos. De hecho, está en ti y en esas ocasiones te sumerges en el Ser, aunque de forma inconsciente. Te deseo que profundices conscientemente en el Ser, en el corazón».

(T. 1-10-36)



P.: «Si el Ser está siempre realizado, no es necesario hacer ninguna práctica, ¿cierto?»

R.: «Si eres capaz de estar sin practicar ninguna técnica (espiritual), perfecto. Pero si no puedes quedarte quieto, ¿no sería mejor que aprovechases e hicieses prácticas para la realización? Emplea esa tendencia a ser activo para tratar de realizar al Ser».

(T: 1-10-36)



P.: «¿Cómo alcanzar al Ser?»

R.: «El Ser no puede ser alcanzado porque tú eres el Ser».

P.: «Sí. En mi hay un Ser no cambiante y otro que cambia. Hay dos seres».

R.: «El cambiante es meramente un pensamiento. Todos los pensamientos aparecen después de manifestarse el yo-pensamiento. Observa a quién se le aparecen los pensamientos, después transciéndelos y amainarán. Esto quiere decir que, si sigues la pista de la fuente del yo-pensamiento, realizas el perfecto "Yo, Yo". "Yo" es el nombre del Ser».

P.: «¿Debería meditar en "Yo soy Brahman"? (*Aham Brahmasmi*)

R.: «Ese mantra no significa que tengas que estar pensando "Yo soy Brahman". *Aham* ("Yo") es conocido por cada uno. Brahman mora como *Aham* en cada uno. Encuentra el "Yo". Él ya es Brahman; no necesitas pensarlo. Simplemente, encuéntralo».

P.: «Se trata, entonces, de ir dejando los envoltorios mencionados en las Escrituras (Sastras)».

R.: «Una vez que aparece el yo-pensamiento, hay una falsa identificación del "yo" con el cuerpo, los sentidos, la mente, etc. El "yo" se asocia erróneamente con ellos y se pierde de vista el verdadero "Yo". Es necesario abandonar los envoltorios para separar el "Yo" puro del "yo" contaminado. Sin embargo, esto no significa que tengas que dedicar tu tiempo a separar el uno del otro sino, más bien, ir directamente a encontrar al verdadero Ser.

Él es el "Yo, Yo" infinito; es perfecto, eterno y no tiene origen ni fin. El otro "yo" ha nacido y por lo tanto, morirá; es impermanente. Observa que los pensamientos son cambiantes; aparecen después del yo-pensamiento. Así, céntrate en el yo-pensamiento: Lo que queda es el Ser».

P.: «Es difícil de hacer. Entiendo la teoría, pero ¿cuál es la práctica?»

R.: «Los otros métodos son para aquellos que no pueden practicar la indagación del Ser. Incluso para repetir *Aham Brahmasmi* o para pensar en ello es necesario un hacedor. ¿Quién es? Es el "yo". Éste es el método directo. Las demás técnicas, al final, también te llevan a la indagación del Ser».

P.: «Soy consciente del "yo" y, sin embargo, mis problemas no tienen fin».

R.: «Este yo-pensamiento no es puro. Está contaminado debido al apego al cuerpo y a los sentidos. Observa quién tiene dificultades; es el yo-pensamiento. Agárralo. Entonces los demás pensamientos desaparecerán».

P.: «Sí. ¿Cómo hacerlo? Ahí estriba la dificultad».

R.: «Práctica la técnica "Yo, Yo, Yo..."y concéntrate en este sólo pensamiento, excluyendo los otros».

(T. 21-10-36)



P.: «¿Si el Ser es consciente de Sí mismo, por qué yo no soy consciente de Él ahora mismo?»

R.: «No hay dualidad. Tu actual conocimiento es del ego y es relativo. El entendimiento limitado requiere un sujeto y un objeto, mientras que la Conciencia del Ser es absoluta y no requiere ellos. Recordar también es relativo, para ello se requiere un objeto y un sujeto. Cuando no hay dualidad, ¿quién recuerda a quién?»

(T. 18-11-36)



Un visitante estuvo hablando sobre el olvido de la verdadera naturaleza del Ser. Sri Bhagavan, después de algún tiempo, dijo: La gente habla de la memoria y del olvido de la plenitud del Ser. Ellos son sólo formas-pensamientos; irán alternando en tanto haya pensamientos. Pero la realidad está más allá de ellos. La memoria y el olvido tienen que depender de algo. Este algo también debe ser extraño (a nuestra verdadera naturaleza), de otra manera no se dejaría de tener presente. Todos le llaman "yo". Cuando uno lo busca no lo encuentra, porque no es real. He aquí que el "yo" es sinónimo de ilusión o ignorancia (*maya, avidya* o *ajnana*). Conocer que nunca hubo ignorancia es la meta de todos los grandes maes-

tros espirituales. La ignorancia tiene que ver con aquel que es consciente. Conciencia es *jnana* (conocimiento); *jnana* es eterno y natural. *Ajnana* (ignorancia) es innatural e irreal».

P.: «Habiendo oído esta verdad, ¿por qué no se queda uno contento?»

R.:«Debido a los *samskaras* (tendencias mentales) que no han sido destruidos. A no ser que dejen de existir, siempre habrá duda y confusión (*sadeha, viparita*). Todos los esfuerzos se canalizan a destruirlas, y para ello tiene que cortarse la raíz. Sus raíces son las tendencias mentales (*samskaras)*, que son superadas con las prácticas prescritas por el gurú (maestro espiritual). Éste lleva al buscador a hacer estos ejercicios para que él se dé cuenta de que no hay tal ignorancia. La verdad a la que se ha hecho mención tiene que ser oída (*sravana*) por el buscador; éste es el primer paso. No se capta completamente (*drdha*) la primera vez que se oye. Uno tiene que reflexionar (*manana*) y concentrarse en ella (*nididhyasana)* para hacerla inamovible. Estos dos procesos queman las semillas de los *vasanas* (pensamientos); así, de esta forma, se vuelven ineficaces.

Algunas personas extraordinarias obtienen un conocimiento inamovible al escuchar la verdad por primera vez porque son buscadores avanzados, mientras que a los principiantes les lleva mucho tiempo conseguirlo. La gente pregunta: "¿Cómo aparece la ignorancia (*avidya*) ?" Tenemos que decirles: "Nunca apareció. No tiene una existencia real; por consiguiente, lo que realmente existe es conocimiento"».

R.: «¿Por qué entonces no lo realizo?»

R.: «Debido a los *samskaras* (tendencias mentales). Sin embargo, encuentra a quien no realiza y lo no realizado. Entonces se clarificará que no hay *avidya* (ignorancia).

(T. 30.11.36)

Un *sannyasi* preguntó: «Se dice que el Ser está más allá de la mente y, no obstante, se llega a la realizaciónpor medio de ella. *Mano na manute, Manasa na matam,* y *Manasaivadamaptavyam*: "La mente no puede pensar sobre ello, no puede ser pensado por la mente" y "solamente la mente lo puede realizar". ¿Cómo pueden reconciliarse estas contradicciones ?»

R.: «*Atman* (el Ser) se realiza con la (no-mente o) mente muerta (*mruts manas*), esto es, la mente interiorizada y desprovista de pensamientos. No es como un sujeto percibiendo un objeto. Cuando la habitación está a oscuras es necesaria una lámpara para iluminarla y los ojos para reconocer los objetos; pero cuando el Sol aparece, no hay ninguna necesidad de lámpara, y los objetos se ven. Para ver el sol no es necesaria la lámpara, es suficiente con que dirijas los ojos hacia el autoluminoso.

Algo similar sucede con la mente: para ver los objetos es necesaria su luz reflejada. Para ver el corazón, es suficiente con que la mente se dirija hacia él. Entonces ella desaparece y el corazón brilla por sí mismo».

(T. 19-11-35)



El señor Chadwick dijo: «Yo no sé si el Ser es diferente del ego».

R.: «¿Dónde estabas tú en el sueño profundo?»

P.: «No lo sé».

R.: «¿Quién no lo sabe? ¿El Ser despierto? ¿Es que niegas tu existencia en tu durante el sueño profundo?»

P.: «Yo era y yo soy; pero no se quién soy ni ahora ni en el dormir profundo».

R.: «Exactamente. El hombre despierto dice que cuando duerme no sabe nada. Ahora ve los objetos y se da cuenta de que él está ahí; mientras que en el sueño profundo no había objetos, y no había espectador. El mismo que está ahora hablando también estaba en el dormir profundo. ¿Cuál es la diferencia entre estos dos estados?: Cuando estás despierto ves los objetos y tus sentidos están activos, pero esto no sucede cuando estás dormido. En el proceso del despertar ha aparecido una nueva identidad: el ego, que actúa a través de los sentidos, ve los objetos, se confunde con el cuerpo y dice que el Ser es el ego. En realidad, lo que fue en el dormir profundo ahora también continúa existiendo, el Ser inmutable. Es el ego el que entra en escena entre ambos estados, aquel que aparece y desaparece. El que se mantiene es el Ser permanente».

(T. 23-1-36)



Un visitante natural de Malasia expresó su preocupación por la desdicha del mundo y dijo que la "búsqueda del Ser" parece egoísta en medio de todo el sufrimiento que nos rodea».

R.: «La mar no es consciente de sus olas. Asimismo, el Ser no es consciente de sus egos».

(T.20-4-35)



Lakshman Brahmachari, de la Misión de Ramakrishna, preguntó: «¿Puede uno imaginarse ser testigo de los pensamientos?»

R.: «No es el estado natural. Es sólo una idea, una ayuda (*bhavana*) para calmar la mente. El Ser siempre es testigo, lo imagines o no. No hay necesidad de imagínarselo excepto para ese propósito, pero es mejor permanecer como uno Es realmente».

(T. 15-1-36)



P.: «Cuando leo los trabajos de Sri Bhagavan, encuentro que se dice que la indagación es el único método para la realización».

R.: «Sí, eso es *vichara*».

P.: «¿Cómo se puede practicar?»

R.: «El que cuestiona debe admitir la existencia del Ser. "Yo soy " es la realización. Seguir la pista hasta ella es *vichara*. *Vichara* y Realización son lo mismo».

P.: «Eso es evasivo. ¿En qué meditaré?»

R.: «La meditación requiere de un objeto, mientras que en *vichara* solamente hay sujeto, sin el objeto. Se diferencian en esto».

P.: «¿No es la meditación (*dhyana*) uno de los procesos eficaces para la realización?»

R.: «*Dhyana* es la concentración en un objeto. Cumple el propósito de mantener a distancia los diversos pensamientos y fijar la mente en uno solo, que debe desaparecer antes de la realización. No obstante, la realización no es nada nuevo para que deba ser adquirido; ya está ahí, pero obstruida por una pantalla de pensamientos. Todos nuestros intentos se di-

rigen a levantar esta pantalla, y entonces se revela la realización. La mayoría de los buscadores sinceros suelen sentirse satisfechos con el consejo de meditar, pero alguno de entre ellos puede preguntarse: "¿Por qué he de meditar en un objeto?". A tal buscador se le tiene que decir: para realizar al Ser encuentra la respuesta a la pregunta '¿quién soy yo?'. Ésta es la finalidad del *vichara*».

P.: «¿Será suficiente el *vichara* en ausencia de meditación?»

R.: « *Vichara* es el proceso y también la culminación. "Yo soy" es la meta y la realidad final. No obstante, mientras realices algún esfuerzo estás haciendo *vichara*. Cuando tu estado es espontáneo y natural es realización».

(T.6-4-37)



P.: «¿Qué es *Atman* (ser), *anatman* (no-ser) y *Paratman* (Ser Supremo)?

R.: «*Atman* es (*jivatman*) el ser individual y el resto está claro. El Ser está siempre presente (*nityasiddha*). Cada individuo desea conocerlo. ¿Qué clase de ayuda requiere uno para conocerse? La gente desea ver al Ser como algo nuevo, pero es eterno y siempre permanece. Desean verlo como una luz brillante. ¿Cómo puede ser así? No es ni luz ni oscuridad (*na tejo, na tamah*). Es como es. No puede ser definido. La mejor definición es: "Yo soy el que Soy". La *Sruti*[24] habla del Ser como si fuera del tamaño de la yema del dedo, como la punta de un cabello, como una chispa eléctrica, inmenso, lo más sutil de lo sutil, etc. De hecho, afirmar esto no tiene ningún fundamento. Es solamente el Ser, pero diferente de lo real y lo irre-

24. Escrituras hindu.

al; es conocimiento, pero diferente de conocimiento e ignorancia. ¿Cómo puede definirse? Es simplemente el Ser».

De nuevo sri Bhagavan dijo que, de toda la literatura del Thayumanavar,[25] él prefiere una sentencia que dice: «Desapareciendo el ego, espontáneamente se manifiesta, en toda su gloria, el auténtico "Yo, Yo". De nuevo cita: *Kandar Anubhuti*[26] (no real, no irreal; no oscuridad, no luz: Ello Es)».

(T. 1-1-36.p.130)



Un hombre de Masulla preguntó al Maestro: «¿Cómo conocer el Ser?»

R.: «Cada uno tiene la experiencia del Ser en un momento de su vida».

P.: «Pero el Ser no se realiza como a uno le gustaría».

R.: «Sí. La experiencia presente es diferente (*viparita*) de lo real. Lo que no es, es confundido con lo que es».

R.: «¿Cómo encontrar el *Atma* (Ser)?».

R.: «No hay indagación en *Atma*; la indagación nada más puede hacerse dentro del no-ser porque solo así es posible su eliminación. El Ser, como es siempre autoevidente, brillará por Sí mismo.

Al Ser se le llama por diferentes nombres: *Atma*, Dios, kundalini, mantra, etc. Céntrate en uno de ellos y así Él se hará evidente. Dios no es otro que el Ser. La kundalini se muestra como mente. Cuando se sigue la pista de la mente hasta su origen recibe el nombre de kundalini. Repetir y concentrarse en el mantra permite la eliminación de los demás pensa-

25. Santo hindú autor de libros espirituales.

26. Texto espiritual.

mientos. Finalmente, el mantra te sumerge dentro del Ser que brilla como tal».

(T. 29-9-35)



Un joven de veinte años preguntó cómo realizar al Ser. Se sentó en silencio y esperó durante más de una hora, y cuando estaba a punto de irse preguntó:

P.: «¿Cómo realizar al Ser?»

R.: «¿Qué Ser? Encuéntralo».

P.: «¿Quién soy yo?»

R.: «Encuéntralo».

P.: «No lo sé».

R.: «Piensa. ¿Quién dice "yo no lo sé"? ¿Qué es lo que no se conoce? En esta sentencia, ¿quién es el "yo"?»

P.: «Alguien en mí».

R.: «¿Quién es ese alguien? Y ¿en quién?»

P.: «Puede que sea un poder».

R.: «Encuéntralo».

P.: «¿Cómo realizar a Brahman (Dios)?»

R.: «Sin conocer al Ser, ¿por qué buscas conocer a Brahman?»

P.: «Los Sastras[27] dicen que Brahman está en todo, y en mí también».

R.: «Encuentra el "yo" en ti y entonces habrá tiempo de pensar en Brahman».

P.: «¿Por qué he nacido?»

R.: «¿Quién ha nacido? La respuesta es la misma para todas tus cuestiones».

P.: «¿Entonces quién soy yo?»

27. Textos sagrados del hinduismo.

R.: (Sonriendo) «¿Has venido a examinarme y preguntarme? Quién eres lo debes decidir tú».

P.: «En el sueño profundo, el alma deja el cuerpo y permanece en otra parte. Cuando entra de nuevo, yo despierto. ¿Es así?»

R.: «¿Qué es eso que deja el cuerpo?»

P.: «Quizás un poder».

R.: «Encuéntralo».

P.: «El cuerpo está compuesto de los cinco elementos. ¿Cuáles son?»

R.: «Sin conocer al Ser, ¿cómo quieres saber sobre los elementos? El joven estuvo sentado un rato, después pidió permiso y abandonó la sala. El Maestro hizo una observación más tarde: Está bien, funcionará».

(T. 22-6-35)



P.: «Se deduce que *viveka* es el discernimiento entre el Ser y el no-ser. ¿Qué es el no-ser?»

R.: «De hecho, no hay no-ser; él también existe en el Ser. Es el Ser quien habla del no-ser, porque se ha olvidado de Sí mismo. Al haberse perdido, se percibe a Sí mismo como el no-ser, que después de todo no es nada más que Sí mismo».

Luego, los allí reunidos comenzaron a discutir ardientemente sobre las distintas teorías que existen sobre el tema.

(T. 1-1-37)



Un cierto *vaisya*[28] que parecía haber estudiado los Upanishads y Srimad Bagavad Gita[29] hizo varias preguntas:

P.: «¿Cómo realizar el Ser?»

R.: «El Ser siempre se percibe directamente. No hay ningún momento en que esto no sea así. ¿Cómo debe uno averiguarlo?: Encontrando al Ser. Tú eres Eso».

P.: «Se dice que cuando el nudo que se halla en el centro espiritual del corazón se desbloquea por una percepción directa (*dristhi*), entonces desaparecen todas las dudas y uno encuentra al Supremo».

R.: «Ser el Ser es lo mismo que ver al Ser. No hay dos seres para que uno vea al otro». Más tarde continuó en la misma línea de la indagación del Ser.

P.: «¿Cómo realizar al Ser?»

R.: «Ya está realizado; este simple hecho debería conocerse. Eso es todo».

P.: «Pero yo no lo conozco. ¿Cómo puedo hacerlo?»

R.: «¿Niegas tu propia existencia?»

P.: «No. ¿Cómo se puede hacer?»

R.: «Entonces, admites la verdad de tu existencia».

P.: «No obstante, yo no lo veo. ¿Cómo puedo realizar al Ser?»

R.: «Encuentra quién dice "yo"».

P.: «Sí. Yo digo "yo"».

R.: «¿Quién es este "yo"? ¿Es el cuerpo o algo distinto del cuerpo?»

P.: «No es el cuerpo. Es algo diferente».

R.: «Encuéntralo».

P.: «No soy capaz de hacerlo. ¿Cómo encontrarlo?»

28. Seguidor del dios Vishnú. Uno de los aspectos que forman la trinidad divina (Brahma, Vishnú y Shiva).

29. Textos sagrados hindúes.

R.: «Ahora eres consciente del cuerpo; no eras consciente de él en el dormir profundo. No obstante, permaneciste entonces. Después de despertarte te identificas con el cuerpo y dices: "Yo no puedo realizar al Ser". ¿Acaso lo dices mientras duermes? No lo decías porque no estabas dividido (*akhanda*). Ahora que estás contraído dentro de los límites del cuerpo, dices: "Yo no he realizado". ¿Por qué limitas tu Ser y luego te sientes desgraciado? Permanece feliz en tu verdadera naturaleza. No decías "yo" al dormir; ahora lo dices , ¿por qué? Porque te agarras a tu cuerpo. Encuentra de dónde viene este "yo". Entonces realizarás al Ser.

El cuerpo, al ser insensible no puede decir "yo". El Ser como es infinito tampoco puede hacerlo. Entonces ¿quién dice "yo"? ».

P.: «Todavía no lo entiendo. ¿Cómo encontrar al "Yo"? ».

R.: «Encuentra de dónde aparece el "yo" y desaparecerá, mientras que el Ser infinito permanecerá. Este "yo" es el nudo entre lo sensible y lo insensible. El cuerpo no es el "yo", el Ser no es el "yo". ¿Quién es entonces? ¿De dónde aparece?»

P.: «¿De dónde aparece?»

R.: «Encuéntralo».

P.: «Yo no lo sé. Ilumíname por favor, ».

R.: «No viene de afuera; viene del interior. ¿De dónde viene? Si fuese de algún lugar externo se te podría dirigir. Pero al venir de dentro, tienes que encontrarlo por ti mismo».

P.: «¿De la cabeza?»

R.: «¿El concepto de "cabeza" aparece después del "yo", o es el "yo" el que aparece desde la cabeza? Si estuviese en la cabeza, ¿por qué la inclinas, cuando te domina el sueño? El "yo" es siempre constante y, por lo tanto, el lugar en el que se halla también debe serlo. Si la cabeza se inclina en el momento de dormir y se mantiene erecta en otros momentos, ¿cómo puede ser el lugar del "yo"? Tu cabeza descansa plana al dor-

mir. Cuando está despierta se levanta. ¿Puede ser el lugar del "yo"?»

P.: «Entonces, ¿cuál es el lugar del yo?»

R.: «El "yo" viene desde dentro. Cuando uno duerme, no hay "Yo". Justamente antes de despertar surge el yo-pensamiento».

P.: « Se dice que el nudo del corazón está en el entrecejo».

R.: «Algunos "en el entrecejo"; otros, que "en el coxis", etc. Todos estos centros mencionados están relacionados con el cuerpo. El cuerpo viene después del yo-pensamiento».

P.: «Pero no puedo desprenderme del cuerpo».

R.: «Por consiguiente, admites que no eres el cuerpo».

P.: «Si hay dolor en el cuerpo, yo lo siento; pero no si es injuriado otro cuerpo. No puedo estar separado de él».

R.: «Esta identificación es la causa de tal sentimiento; es el *hridaya granthi* (nudo del corazón).

P.: «¿Cómo deshacerse de él?»

R.: «¿Quién siente ese nudo? ¿Por qué deseas que se vaya? ¿Te lo pide él o lo pides tú?»

P.: «Él no lo puede pedir; lo pido yo».

R.: «¿Quién es este "yo"? Si se encuentra, el nudo se disolverá».

P.: «El nudo es concomitante con el cuerpo. El cuerpo se crea a raíz del nacimiento. ¿Cómo puede cesar el nacer una y otra vez?»

R.: ¿Quién ha nacido? ¿Es el Ser el que ha nacido o es el cuerpo?»

P.: «El cuerpo».

R.: «Entonces, permite que el cuerpo pregunte cómo puede cesar el renacimiento».

P.: «No lo preguntará. Quien pregunta soy yo».

R.: «¿De quién es el cuerpo? Tú estabas sin él en el dormir profundo. Después de que el yo-pensamiento aparece, el

cuerpo lo hace también. El primer nacimiento es del yo-pensamiento, y a continuación aparece el cuerpo; por lo tanto, su nacimiento es secundario. Libérate de la causa primaria y la secundaria desaparecerá por sí misma».

P.: «¿Cómo es posible controlar al yo-pensamiento desde su origen?»

R.: «Por la autoindagación».

P.: «Estoy tratando de entender, pero sin éxito. ¿Puedo encontrar al Ser por medio del *japa* (repetición del mantra)? Si es así, por favor, dígame cómo».

R.: «¿Qué es *japa*? ¿Por qué deberías hacer un *japa* artificial? Puedes encontrar el *japa* eterno y natural funcionando dentro de ti».

P.: «Tal vez me pueda ayudar algún ejercicio espiritual (*upadesha*)».

R.: «Si le digo que repita el nombre de Dios, "Rama, Rama"[30] a uno que no ha estado esforzándose en la lectura de libros, lo hará y se aferrará a ello. Si se lo digo a uno como tú, que ha leído mucho y está investigando temas, no lo hará por mucho tiempo, porque pensará: "¿Por qué debo hacerlo? Después de todo, "¿quién soy yo?" y, ¿qué sentido tiene repetir el mantra? Déjame encontrar quién soy yo antes de seguir adelante. Así tú pararás de hacer *japa* y empezarás con la indagación».

(T. 22-1-37)



30. Uno de los grandes avatares de la India, considerado como un Dios.

P.: «¿Cuánto tiempo tardó Maharshi en realizar al Ser?»

R.: «Preguntas esto porque ves este cuerpo y conoces su nombre. Esa percepción se debe a que identificas erróneamente el ego con el cuerpo. Si el ego se identifica con la mente sutil, como en el sueño, las percepciones son también sutiles. Pero en el dormir profundo no hay percepciones. ¿No estaba también el ego en el sueño? Si no estuviese, no existiría el recuerdo de haber dormido. ¿Quién estaba ahí dormido? Mientras dormías, no decías que lo hacías. Lo dices ahora, en estado de vigilia. El ego, por lo tanto, es el mismo en la vigilia, en el sueño y en el sueño sin sueños. Encuentra la realidad que está presente entre los estados cambiantes, pues ésa es la que permanece. En ese estado solamente existe el Ser eternamente presente. No hay tú, ni yo, ni él; ni presente, ni pasado, ni futuro. Está más allá del tiempo y del espacio, más allá de la expresión. Siempre está ahí.

Igual que la planta de un árbol produce raíces antes de dar frutos y morir, éstas, al ser trasplantadas, hacen lo mismo. Y lo mismo hizo el primer y original Maestro de la antigüedad, Dakshinamurthi, que aclaró las dudas de sus *rishis* (sabios discípulos) a través del silencio, dejando vástagos que se han multiplicado. El Gurú es un vástago de Dakshinamurthi. La pregunta que has formulado al principio no habría surgido si se hubiese realizado el Ser».

(T. 24-1-35)



Un señor entusiasta refirió algunas experiencias al seguir las enseñanzas de Sri Bhagavan e, incidentalmente, mencionó que los dos nacieron el mismo día de la semana y que te-

nían el mismo nombre.[31] Sri Bhagavan completó lo que decía añadiendo: "El mismo Ser está en ambos».

(T. 25-12-36)



P.: «¿Cómo puede uno conocer al Ser?»

R.: «"Conocer al Ser" significa "ser el Ser". ¿Puedes decir que no lo conoces? No puedes ver tus propios ojos sin utilizar un espejo para mirarte, pero ¿niegas la existencia de tus ojos? Así, también deberías ser consciente del Ser aunque no lo percibas fuera de ti. ¿O niegas tu Ser porque no lo percibes objetivado? Cuando dices "yo no puedo conocer al Ser", estás hablando de la ausencia del mismo en términos de conocimiento relativo, porque estás acostumbrado al conocimiento y a identificarte con él.

Tal identidad errónea ha forjado la dificultad de no conocer al Ser en ti, que es tan obvio y que no puede ser separado de ti. Preguntas: "¿Cómo puede uno conocerlo ?" Tu dificultad se centra en el "¿cómo?" ¿Quién quiere conocer al Ser? ¿Puede hacerlo el cuerpo? Permite que responda el cuerpo. ¿Quién dice que percibe el cuerpo ahora?

Para hacer frente a esta clase de ignorancia, los sastras (las Escrituras) formulan la teoría del juego (*krida)* divino, esto es, que Dios se manifiesta en dicho juego a través de sus vehículos (mente, sentidos y cuerpo). ¿Quién eres tú para decir que este juego te molesta? ¿Quién eres tú? ¿Quién eres para cuestionar el actuar de Dios? Tu obligación es Ser, y no ser esto o aquello. "Yo soy el que Soy" resume toda la verdad. El método se resume en "aquietarse". ¿Qué implica "aquie-

31. El nombre de Ramana fue Venkataraman

tarse"? Conlleva"destruir el yo". Porque cualquier actitud que adoptemos es la causa del problema. Deja a un lado la frase "Yo soy esto, yo soy aquello", etc. Nuestras Escrituras dicen: "*ahamiti sphurati*" (brilla como el "Yo")».

(T. 20-2-37)



Un visitante preguntó cómo superar la identificación del Ser con el cuerpo».

R.: «¿Qué dices acerca del dormir?»

P.: «Prevalece la ignorancia».

R.: «Mientras duermes, ¿cómo sabes que estás en ella? ¿Existías en el dormir o no?»

P.: «No lo sé».

R.: «¿Niegas tu existencia cuando duermes?»

P.: «Al razonar sobre ello, admito que existo».

R.: «¿Cómo lo deduces ?»

P.: «Por el razonamiento y la experiencia».

R.: «¿Necesitas razonar sobre tu existencia para experimentarla?» (Risas)

P.: «¿Es la meditación analítica o sintética?»

R.: «Análisis o síntesis están en la región del intelecto. El Ser transciende el intelecto».

(T. 12-6-37)



P.: «Deseo eliminar el no-ser para que así poder realizar el Ser. ¿Cómo hacerlo? ¿Cuáles son las características del no-ser?»

R.: «¿Hay uno que dice que el no-ser tiene que eliminarse? ¿Quién es?»

P.: (Señalándose a sí mismo)«Me refiero este hombre. Cuando viajo desde Calcuta a Madrás, debo conocer Madrás para no apearme en una estación intermedia debido a mi ignorancia. Por eso están las señales y los horarios, para guiarme en mi viaje. ¿Pero cuál es mi guía en la búsqueda del Ser?»

R.: «Todo esto está muy bien con relación al viaje. Sabes a qué distancia estás de Madrás. ¿Puedes decirme a qué distancia estás del Ser para que puedas encontrarlo?»

P.: «No lo sé».

R.: «¿Estás en algún momento divorciado del Ser?» ¿Es eso posible? ¿No es verdad que todo está lejos de ti y el Ser es lo más intimo? ¿Dónde deberías ir para alcanzarlo».

P.: «Ahora estoy lejos del Ser. Debo volver sobre mis pasos para ganarlo de nuevo».

R.: «¿A qué distancia? ¿Quién te dice que estás separado? ¿Es que hay dos seres?»

P.: «Se dice que los individuos son modificaciones del Ser, como los ornamentos lo son del oro».

R.: «Cuando el hombre habla en términos de ornamentos, ignorando que su sustancia es el oro, se le dice que son de este metal precioso. Pero aquí el hombre es consciente y habla de sí mismo como si fuera sus modificaciones. ¿Permaneces aparte del Ser del que tú hablas como si Él pudiera permanecer aparte de sus modificaciones?»

P.: «¿Puede imaginarse al oro diciéndose que se ha convertido en ornamentos?»

R.: «Siendo inanimado, no lo puede decir, pero el individuo es animado y no puede funcionar al margen de la Conciencia. El Ser es Pura Conciencia. No obstante, el hombre se identifica con su cuerpo, que es él mismo inanimado y que no dice por propia iniciativa: "yo soy el cuerpo". Es otro quien

lo hace, no el Ser ilimitado . ¿Quién es este otro que lo expresa? Un falso "yo" aparece entre la Pura Conciencia y el cuerpo inanimado e imagina que está limitado al cuerpo. Búscalo y desaparecerá como un fantasma. Este fantasma es el ego, la mente o la individualidad. Por eso, los Sastras (Escrituras) afirman que el propósito básico es la eliminación de dicho fantasma o ego. El estado aparente es mera ilusión. Por consiguiente, desilusionarse es la meta».

P.: «Se dice que la mente es un racimo de pensamientos».

R.: «Porque su funcionamiento se debe a una sola raíz, el yo-pensamiento. *Manasantu kim margane krte naiva manasam marga arjavat*, esto es, (la mente) no tiene verdadera existencia como una entidad separada».

P.: «¿No son los pensamientos proyecciones de la mente?»

R.: «En tal caso, la mente es sinónimo de yo-pensamiento o ego».

(T. 12-6-37)



P.: «¿No es el Ser el único testigo (*sakshimatra*)?»

R.: «"Testigo" es aplicable cuando hay un objeto que ver. Eso se llama dualidad. La verdad está más allá de ambos. En el mantra, "*Sakshi cheta kevalo nirgunaccha*", la palabra "*sakshi*" debería entenderse como *sannidhi* (presencia), sin la cual no habría nada. Mira lo necesario que es el Sol para las actividades diarias. Aunque este astro no forma parte del mundo de las acciones, nada podría hacerse sin su presencia; es el testigo de las actividades. Así sucede también con el Ser».

(T. 6-3-38)

Paul Brunton: «¿Qué es exactamente este Ser del cual hablas? Si lo que dices es verdad, entonces tiene que haber otro ser en el hombre».

P.: «¿Puede un hombre poseer dos identidades, dos seres? Para entender esto es necesario, en primer lugar, que un hombre se analice, porque por mucho tiempo ha sido habitual en él pensar como otros piensan; nunca ha abordado su "yo" de manera verdadera; no tiene una imagen correcta de sí mismo; por mucho tiempo se ha identificado con el cuerpo y el cerebro; por lo tanto, te digo que sigas la investigación "¿quién soy yo?"».

Me pides que te describa este verdadero Ser. ¿Qué se puede decir? Es aquella Conciencia que permite que la sensación del yo personal aparezca y desaparezca de nuevo».

P.: «¿Desaparición? ¿Cómo puede uno perder el sentido de la personalidad?»

R.: «El primero y más importante de todos los pensamientos, el concepto original en la mente de cada hombre, es el pensamiento "yo". Después del nacimiento de esta idea es cuando puede aparecer cualquier otro pensamiento. Después de que el primer pronombre personal "yo", emerge en la mente, es cuando el segundo pronombre personal, "tú", puede mostrarse. Si sigues mentalmente la pista del "yo" hasta que te lleve a su fuente, descubrirás que justamente el primer pensamiento que aparece también es el último que desaparece. Esto es algo que puede ser experimentado».

P.: «¿Quieres decir que es perfectamente posible conducir tal investigación mental en uno mismo?»

R.: «¡Ciertamente! Se puede ir al interior hasta que el último pensamiento se desvanece gradualmente».

P.: «¿Qué es lo que queda? ¿Queda entonces un hombre del todo inconsciente o se convierte en un idiota?»

R.: «¡No! Por el contrario, alcanza aquella conciencia que

es inmortal y se convierte en un verdadero sabio cuando ha despertado a su auténtico Ser, que es la verdadera naturaleza del hombre».

P.: «Pero, seguramente la sensación de un "yo" pertenece a aquella conciencia».

R.: «La sensación del "yo" pertenece a la persona, a su cuerpo y a su cerebro.

Cuando un hombre conoce su verdadero Ser por primera vez, algo se manifiesta desde las profundidades internas y toma posesión de él. Este algo está más allá de la mente; es infinito, divino, eterno. Algunos lo llaman el Reino de los Cielos, otros el Alma, algunos Nirvana y nosotros, los hindúes, Liberación; lo puedes denominar por el nombre que desees. Cuando esto sucede, un hombre no se ha perdido, más bien se ha encontrado a sí mismo».

(M. M.)



P.: «"Esto no es, esto no es" (*neti, neti*). Ésta es la enseñanza para el buscador y afirma que el Ser es lo Supremo. ¿Cómo encontrarlo?»

R.: «En ella se dice que el Ser es el oyente, el pensador, el conocedor, etc. Pero esto no es todo: también se le describe como el oído del oyente, la mente de la mente, etc., y muestra de qué manera se puede conocer al conocedor».

P.: «Pero esto no dice lo que es el Ser».

R.: «Esto no es, esto no es».

P.: «Solamente niega».

R.: (Silencio).

*El que objetava se quejó de que no se estaba señalando al Ser.*

R.: «Un hombre desea conocer quién es. Ve animales y objetos alrededor de él y se le dice: "Tú no eres una vaca, ni un caballo, ni un árbol, ni esto, ni aquello, etc". Si el hombre pregunta de nuevo y dice: "Tú no me has dicho quién soy yo," la respuesta será: "No se te ha dicho que no eres un hombre". Él debe encontrar por sí mismo qué es un ser humano. Por lo tanto, debes descubrir quién eres por ti mismo.

Se te dice: "Tú no eres este cuerpo, ni la mente, ni el intelecto, ni el ego, ni nada que puedas pensar. Halla quién eres realmente". El silencio denota que el que cuestiona es el mismo Ser que tiene que localizarse. En el *Svayamvara*[32], la muchacha va diciendo "no" a cada uno, hasta que mira a su escogido y entonces agacha la cabeza y permanece en silencio».

(T. 1-2-39)



Era el día de Shivaratri.[33] Sri Bhagavan estaba por la tarde, radiante de gracia. Un *sadhaka* hizo la siguiente pregunta: «Investigar el ser parece que nos lleva al cuerpo sutil, llamado *ativanika sariram* o *purishtakam*, o *jivatma*. ¿Estoy en lo cierto?»

R.: «Todos estos nombres indican el mismo estado, pero se usan de acuerdo a diferentes puntos de vista. Después de

32. *Svayambara* hace referencia a una historia puránica que sucedió a Sita, la esposa de Rama. Fue interrogada por un *rishi* (sabio) sobre quién era su esposo entre los *rishis* que se hallaban presentes. Sita empleó el método de descartar hasta llegar por eliminación a la respuesta; de modo que cuando finalmente le preguntaron si Rama era su esposo, Sita en lugar de responder "sí", bajo la cabeza en sentido afirmativo, y guardó silencio.

33. Hace referencia a la luna nueva del mes de Febrero, dedicada al dios Shiva.

algún tiempo, desaparecerá el cuerpo sutil óctuple (*puriashtakam*) y habrá un solo cuerpo (*eka*). Solo la mente sutil (*Vrittijnana*) puede destruir la ignorancia (*ajnana*). El conocimiento absoluto (*jnana*) no es contrario a ella.

Hay dos clase de *vrittis* (actividades mentales): 1) *vishaya vritti* (las objectivas) y 2) *atma vritti* (las subjetivas). Las primeras tiene que dar lugar a las segundas.

Ésta es la meta de *abhyasa* (las prácticas): que le lleva a uno al cuerpo sutil (*puriashtaka*) y luego al Ser.

El *sadhaka* repitió su pregunta de una manera diferente: «La indagación del Ser parece que nos conduce al cuerpo sutil. ¿Es correcto?»

R.: «Sí. Se le llama *sarira* (cuerpo o morada, *puri* o ciudad, *jiva* o individuo, según a los distintos puntos de vista). Significan lo mismo. El conocimiento de las actitudes mentales (*Vrittijnanam*) se percibe como un fenómeno objetivo. Cuando cesa, queda el enfoque subjetivo (*atmavritti*), que es lo mismo que el "conocimiento" (*jnanam*). La ignorancia (*ajnanam*) no cesaría sin este proceso. El cuerpo sutil (*puriashtakam*) no se asociará con nada externo y el Ser brillará uniforme y armoniosamente».

(T. 17-2-39.)



P.: «Cuando hago un esfuerzo por llevar una vida correcta y concentrarme en el Ser, a menudo hay una caída y un rompimiento. ¿Qué se puede hacer?»

R.: «Todo estará bien al final. Hay un impulso firme en tu determinación, esto te levanta de nuevo cada vez que hay una caída. Gradualmente, son superados los obstáculos y tu inmutable voluntad se hace más fuerte. Al final, todo se habrá

hecho del modo más adecuado. Lo que se necesita es una decisión firme».

(T. 4-2-35)



P.: «¿Qué esfuerzo es necesario para alcanzar al Ser?»

R.: «El "yo" debería ser destruido. No es posible alcanzar el Ser. ¿Hay algún momento en que el Ser no esté? No es nuevo. Tú sé como eres. Lo que es nuevo no puede ser permanente. Lo que es real tiene que existir siempre».

(T. 22-9-36)



Daivarata preguntó: «¿Cuál es el medio más rápido para conocer nuestra verdadera naturaleza, el Ser? ¿Qué esfuerzos nos llevan a la gran visión interna?»

R.: «El esfuerzo de retirar los pensamientos de los objetos y permanecer sin agitación; una contemplación sin objetos, solamente en el Ser. Éste es el medio más rápido para el despliegue de nuestra verdadera naturaleza: el Ser. Solo este esfuerzo nos da la valiosísima visión interna».

(S. R. G.1926-2-17)



Karshni preguntó: «¿Cuál es la naturaleza de la indagación del Ser? Y ¿cuál es el resultado que se espera de ella? ¿Es mayor el premio que si se siguen otros caminos?»

R.: «El yo-pensamiento es la totalidad de todos los pensamientos. Hay que encontrar su origen. Ésta es la autoidagación, y no el estar absorto en el estudio de los textos, de las Escrituras. Cuando uno encuentra la fuente, la noción del "yo" se sumerge en ésta.

El yo-pensamiento es sólo un reflejo del Ser. Cuando este pensamiento se disuelve, el Ser original permanece, la realidad, plena y perfecta. El resultado que fluye de la indagación del Ser es el final de todas las desdichas y dificultades. Éste es el magno fruto (*phala*) que se obtiene. No hay recompensa más grande que esta.

A través de otros medios podemos conseguir poderes místicos maravillosos. No obstante, la felicidad sólo puedes obtenerla a través de la indagación del Ser.

P.: ¿Quién está preparado para seguir la indagación del Ser? ¿Puede uno mismo saber si lo está ?»

R.: «Cuando su mente es pura por la práctica espiritual (*upasana*) u otros medios, o por los méritos de sus acciones en sus vidas pasadas; cuando su mente percibe el mal en los apegos del cuerpo y objetos sensoriales (siente disgusto cuando tiene que utilizarlos y entiende que el cuerpo es transitorio). Entonces se dice que uno está preparado para la indagación del Ser.

Uno puede reconocer que está preparado para la autoindagación a través de estos dos signos: 1) La convicción de que el cuerpo es perecedero y transitorio y 2) aversión hacia los objetos sensoriales».

P.: «Cuando se está preparado para ella, por la aversión hacia los objetos sensoriales o por la discriminación de ellos, ¿pueden ayudar a la indagación del Ser las prácticas de baños purificadores, ceremonias, repetición del mantra, oblación derramada en el fuego, cantos de los Vedas, adoración de los dioses, cantos devocionales (*bhajan*), peregrinajes, dar li-

mosnas y la observancia especial de ciertas prácticas espirituales?»

R.: «Si la persona comienza con la indagación del Ser y reduce sus apegos, todas estas prácticas harán que la mente acreciente su pureza. Los actos meritorios de la mente, el habla y el cuerpo destruyen los hábitos desagradables en esos aspectos.

Todas estas acciones de una persona madura y competente, de una mente extremadamente pura, resultan beneficiosas para el mundo. Las acciones del sabio sirven de modelo para los demás y para vivir mejor, y no están impulsados por el miedo ni de las obligaciones que marcan las Escrituras. Las acciones meritorias del que ha destruido el sentido de diferencia entre el Ser y el mundo, hechas por lo tanto sin apego, no interfieren en el camino de la autoindagación. Cuando se está maduro en el camino de la busqueda del Ser, no se actúa pecaminosamente. La autoindagación es el mayor mérito y lo más sagrado de lo sagrado.

La actividad de las almas maduras, preparadas para la indagación es doble. Se apartan de la actividad solo para practicar yoga en soledad; cuando actúan es exclusivamente para el beneficio de los demás».

P.: «¿Hay algún otro camino para obtener la liberación final? ¿Es único o hay más? ¿Puede Bhagavan hacerme el favor de decírmelo?»

R.: «Un camino se esfuerza para alcanzarlo; otro camino busca al que se esfuerza por alcanzar. El primero da una gran vuelta, pero al final alcanza el Ser. La mente del que medita en un objeto se centra solamente en una forma. Una sola forma de pensamiento lleva a uno a morar en el Ser. Si medita continuamente, aunque no desee ese objetivo, acabará morando en Él. El otro, el investigador, conociendo el Ser morará en el Ser. El objeto de la meditación, sea un *Devadata*

(deidad), un mantra o cualquier otro objeto elevado al final se sumerge dentro de la gran irradiación del Ser.

Tanto en la meditación como en la indagación del Ser se alcanza la misma meta; uno se sumerge o bien a través de la meditación o bien a través del conocimiento.

(S. R. G. 1917)



El señor Mahtani preguntó a Bhagavan: Se dice en el *Advaita Bodha Dipika*[34] que cuando el Ser Supremo se identifica con la mente, se presenta de un modo distinto a como es en realidad. ¿Cómo puede la mente, que viene de maya (ilusión), y cómo puede maya, que proviene del Ser, alterar o cambiar al Ser inmutable?»

R.: «En realidad no hay cambio, no hay creación.

Aquellos que preguntan: "¿Cómo se ha manifestado esta creación?", se les explica que la creación no existe».

Al día siguiente el señor Mahtani preguntó de nuevo a Sri Bhagavan sobre la misma cuestión.

R.: «La misma sentencia que citaste dice que la mente es una superposición, pero que no tiene ninguna realidad, igual que sucede con una gruesa cuerda que ves en el camino y te asustas creyendo que ves una serpiente. El texto también dice que cuando el Ser Supremo es identificado con la mente, aparece cambiante. Para el vidente, el ego, el Ser parece cambiar. Pero el Ser es el mismo siempre, sin cambio ni transformación. Es como es. Hay una pantalla en la que primero aparece la figura de un rey que se sienta en un trono. Enfrente de él, en pantalla, empieza un drama con varias figuras y ob-

34. Texto espiritual.

jetos; el rey está mirándolo dentro de la pantalla. El vidente y lo visto son puras sombras en la pantalla,y que el es la única realidad que apoya la existencia de las figuras. También en el mundo, el vidente y lo visto juntos constituyen la mente y ésta se apoya o tiene como base al Ser».

(D. D. 8-1-46-)



P.: «Maestro: ¿Cuál es el medio para ganar el estado de la eterna felicidad siempre libre de desdicha?»

R.: «Aparte de la sentencia del Veda que dice que siempre que hay un cuerpo hay desdicha, ésta es la experiencia directa de todas las personas; por lo tanto uno debería investigar dentro de nuestra verdadera naturaleza, la cual siempre es sin cuerpo, y permanecer en ella. Éste es el medio para ganar tal estado».

P.: «¿Qué quiere decir que uno debería investigar dentro de nuestra verdadera naturaleza y entenderla?»

R.: «Experiencias tales como "yo fui, yo vine, yo era, yo hice" vienen naturalmente a cada uno. Desde estas experiencias, ¿no aparece la conciencia de "yo"como el sujeto de todos los diferentes actos? Indagar la verdadera naturaleza de esta conciencia y permanecer en ella es el camino para entenderla».

P.: «¿Cómo se debe investigar "¿quién soy yo?"».

R.: «Acciones tales como "ir y venir" se realizan en relación con el cuerpo. Y así, cuando uno dice "yo fui", "yo vine", presupone que manifiesta que el cuerpo es el "yo". Pero ¿puede decirse del cuerpo que él es la conciencia del "yo". Teniendo en cuenta que no existía antes de nacer, que está hecho de los cinco elementos, que no existe en el estado del sueño profundo, ¿no se convierte en un cadáver cuando está muerto?

¿Puede decirse de este cuerpo, que es inerte como un trozo de madera, que brilla como "Yo, Yo" (o la auténtica Conciencia)? Por consiguiente, el Yo-conciencia que aparece primero con respecto al cuerpo está en relación con el alma individual (*jiva*) que se manifiesta como ser engreído (*tarbodham*), con egoísmo (*ahamkara*), ignorancia, (*avidya*), ilusión (*maya*) impureza (*mala*).

¿Podemos permanecer sin indagar sobre esto? ¿No es para nuestra redención a través de la autoindagación por lo que todas las Escrituras declaran que la destrucción del engreimiento es liberación (*mukti*)? Por lo tanto, haciendo que el cuerpo-cadáver permanezca como un cadáver, y sin mencionar siquiera la palabra "yo", uno debería investigar activamente de esta manera: "Ahora, ¿qué es lo que aparece como "yo"? Entonces brillará en el corazón una clase de iluminación sin palabras en la forma de "Yo, Yo". Esto es, la Pura Conciencia, que es ilimitada y única, resplandecerá por su propia naturaleza una vez desaparecido lo limitado y todos los pensamientos. Si se permanece silencioso sin abandonar esta experiencia, el egoísmo, el sentimiento individual en su aspecto de "yo soy el cuerpo", será totalmente destruido y al final el último pensamiento, el yo-pensamiento, también será quemado como el fuego quema el alcanfor. Los grandes sabios y las Escrituras declaran que únicamente esto es la liberación».

P.: «Cuando uno investiga la raíz del ser engreído, que presenta el aspecto de un "yo", aparece un sinnúmero de pensamientos, ninguno de ellos separado del yo-pensamiento».

R.: «El "yo" es la base y el principio de cualquier punto de referencia a uno mismo o a los demás; tanto si surge el "tú", como si se menciona "él" o "nosotros" es el "yo" el que late detrás. Del mismo modo, todos los pensamientos que aparecen en el corazón tienen como base el egoísmo, que es la primera expresión mental del "yo", el conocimiento de la forma

"yo soy el cuerpo"; la aparición del egoísmo es la causa y origen de la aparición de todos los otros pensamientos. Por consiguiente, si se destruye el ser engreído, en la forma de egoísmo, que es la raíz del ilusorio árbol de *samsara*, los demás pensamientos morirán completamente, igual que se arranca un árbol. Si surgen pensamientos que obstaculizan el proceso de la *sadhana*, uno debería impedir este desvío de la mente y llevarla a descansar en nuestro Ser que es el *Atman*; se debería permanecer como "testigo" de lo que sucede y adoptar la actitud de ver y permitir cualquier cosa extraña que quiera suceder. Esta debería ser nuestra práctica. En otras palabras, nunca tendríamos que abandonar nuestro Ser. He aquí el camino apropiado para la destrucción de la mente (*manonasa*) que tiende a ver el cuerpo como el Ser, por lo cual es la causa de todos los obstáculos ya mencionados. Éste método, que destruye fácilmente el egoísmo, merece ser llamado devoción (*bhakti*), meditación (*dhyana*), concentración (yoga) y conocimiento (*jnana*). Debido a que la naturaleza de Dios es el Ser, que permanece brillando como "Yo" en el corazón, y puesto que las Escrituras declaran que el pensamiento es, atadura, la mejor disciplina es estar silencioso sin olvidarlo a Él (Dios, el Ser). No importa por qué medio, uno debe fundirse en Él, puesto que la mente es de la forma del yo-pensamiento. Ésta es la enseñanza última de las Escrituras».

P.: «¿Es la indagación el medio para eliminar la falsa creencia de que sí-mismo es el cuerpo físico, y lo es también para hacerlo en los cuerpos sutiles y causales?»

R.: «En el cuerpo físico es donde los otros cuerpos subsisten. En la falsa creencia de la forma "yo soy el cuerpo" están incluidos los otros cuerpos,[35] que consisten en cinco envolturas.[36] La destrucción de la errónea equiparación de la identi-

35. Físico, mental y alma. 36. Física, vital, mental, ignorancia y causal.

dad individual con el cuerpo físico es, asimismo, la destrucción de la falsa equiparación de la entidad espiritual con los otros cuerpos. Así, la indagación es el medio para erradicar la falsa creencia de la identidad individual en los tres cuerpos.

(C.W.1901)



P.: «¿Cómo es posible que los tres estados de experiencia –la vigilia, el sueño y el sueño profundo–, los tres cuerpos – físico, mental y anímico–, que son únicamente producto de la imaginación, aparezcan en la luz del Ser que es Uno, no dividido y autoluminoso? Aún cuando aparezcan, ¿cómo puede el individuo percibir que el Ser permanece siempre inmóvil?»

R.: «El Ser, que es la lámpara, brilla por su propia naturaleza en la habitación interior es decir: el cuerpo causal, que está dotado de ignorancia, es como esa pared interna, y el dormir es como la puerta. Cuando por el principio vital y condicionado por el tiempo, el karma u otras causas, la puerta del dormir se abre, tiene lugar un reflejo del Ser en el ego-espejo que está colocado al lado del peldaño de la puerta (*Mahat-tattva*). El ego-espejo ilumina así la habitación de en medio. En el estado del sueño, y a través de las ventanas, que son los cinco órganos de los sentidos, se percibe la sala exterior que es el estado de vigilia. Cuando de nuevo por el principio vital y condicionado por el tiempo, karma, etc., la puerta del dormir se cierra, la "egoicidad" cesa juntamente con el estado de vigilia y sueño, y queda sólo el Ser que brilla para siempre. El ejemplo dado muestra cómo el Ser es inamovible y cómo aparecen las diferencias entre el Ser y el ego, los tres estados de experiencia, los tres cuerpos, etc.»

P.: «Aunque he escuchado las explicaciones de las características de la indagación con gran detalle, mi mente no ha

obtenido ni siquiera un poco de paz. ¿Cuál es la razón de esto?»

R.: «La razón es la ausencia de fortaleza o la falta de concentración de la mente».

(C. W. 1901)



P.: «¿Cómo se puede pensar en el Ser?»

R.: «El Ser es autoluminoso, más allá de la oscuridad o de la luz, es la realidad automanifestada. Por lo tanto, no se debería pensar en Él como si fuera "esto" o "aquello". El mismo acto de pensar acabará en atadura. El propósito de la meditación en el Ser es hacer que la mente tome su forma. En medio de la cueva del corazón, el mismo Brahman se manifiesta directamente como el Ser en la forma del "Yo, Yo". ¿Puede haber ignorancia más grande que el pensar en Él como manifestándose bajo muchas formas, sin conocerlo como ya se ha dicho?»

P.: «Se ha declarado que Brahman se manifiesta como el Ser en la forma de "Yo, Yo" en el corazón. ¿Puede darme más detalles para facilitarme la comprensión de su declaración?»

R.: «¿No es una experiencia común a todos los seres humanos el no tener ninguna clase de conocimiento durante el dormir profundo, el desmayo, etc.? Después, cuando uno despierta, o se recupera del desmayo, ¿no es esto una forma de conocimiento surgido desde el estado del sueño profundo? Este conocimiento específico se llama *vijnana* y se manifiesta solamente como pertenencia tanto al Ser como al no-ser. Cuando pertenece al Ser se le llama verdadero conocimiento, conocimiento en la forma de aquel estado mental cuyo objeto es el Ser, o conocimiento que tiene por contenido el Ser in-

diviso .Cuando está relacionado con el no-ser, se llama ignorancia. El estado de este *vijnana*, cuando está relacionado con el Ser y se manifiesta en su forma, se dice que es el yo-manifestado. Esta manifestación no puede tener lugar aparte de lo real (el Ser), pero sirve como señal para su experiencia directa. No obstante, por ella misma no constituye el estado de Ser de lo real. La manifestación tiene lugar en la realidad básica que también es llamada *prajnana*. El texto vedantino "*prajnanam Brahma*"[37] enseña misma verdad.

Éste es también el propósito de las Escrituras. El Ser, que es autoluminoso y testigo de todo, se manifiesta Él mismo como residiendo en el *vijnana kosha* (estado o modo de conocimiento). A través de este estado mental, que es indiviso, céntrate en el Ser como tu meta, y disfrútalo».

(C.W. 1901)



P.: «¿Cuál es la naturaleza del Ser?»

R.: «En verdad, lo único que existe es el Ser. El mundo, el alma individual y Dios aparecen en ti como la perla plateada aparece en el interior de la concha. Estos tres aspectos –mundo, individuo y Dios– aparecen y desaparecen al mismo tiempo. El Ser se halla donde no existe en absoluto el yo-pensamiento. En lo que se llama "Silencio". El Ser mismo es el mundo; el Ser mismo es el "Yo"; El Ser es Dios; todo es Shiva, el Ser».

(C. W. 1901)



37. El conocimiento Absoluto es Brahman.

P.: «Si el Ser brilla completamente por su propia naturaleza, ¿por qué generalmente las personas no lo reconocen del mismo modo que reconocen los objetos del mundo?»

R.: «Percibimos un objeto debido a que la presencia del Ser está en ese objeto. Lo que entendemos como "conocimiento" o "conciencia" es debido al poder del Ser (*Atma shakti*). Él es el único "objeto sensitivo". No hay nada aparte del Ser. Si hubiese tales objetos fuera de su presencia, serían insensibles y, por lo tanto no podrían conocerse a sí mismos, ni unos a otros. Debido a que el Ser, aparentemente, no conoce su verdadera naturaleza, parece estar inmerso y esforzándose en el ciclo de nacimiento y muerte como alma individual».

P.: «¿Cómo puede el triple factor (conocedor, conocido, y conocimiento), que está ausente en el dormir profundo, en el *samadhi*, etc., manifestarse en el Ser y así proyectarse en el estado de vigilia y sueño?»

R.: «Desde el Ser aparecen sucesivamente:

1) *Chidabhasa* (la conciencia reflejada, que es una clase de luminosidad).

2) *Jiva* (la conciencia individual o el conocedor).

3) El mundo fenoménico».

P.: «Ya que el Ser es libre de las nociones de conocimiento e ignorancia, ¿cómo puede decirse que Él prevalece en el cuerpo y da vida a los sentidos?»

R.: «Los hombres sabios dicen que hay una conexión entre la fuente de varios nervios psíquicos y el Ser; este vínculo es el llamado nudo del corazón, que está en lo sensitivo y que existirá hasta que sea cortado con la ayuda del verdadero conocimiento. Tal como la corriente eléctrica sutil viaja a través de hilos y hace cosas maravillosas, así la fuerza del Ser también viaja a través de los nervios psíquicos (nadis), y al penetrar por todo el cuerpo, imparte sensibilidad a los sentidos.

Si se corta esta conexión o nudo, el Ser permanecerá como siempre es, sin ningún atributo».

P.: «¿Cómo puede haber una conexión entre el Ser, que es puro Conocimiento, y el triple factor, que es conocimiento relativo?»

R.: «Es como cuando se proyecta una película en una sala de cine:

| PANTALLA DE CINE | SER |
|---|---|
| (1) La lámpara dentro del proyector. | (1) El Ser. |
| (2) La lente delante de la lámpara. | (2) La mente pura cerca del Ser. |
| (3) La película, que es una larga serie de fotos separadas. | (3) La corriente de tendencias latentes consistentes en pensamientos sutiles. |
| (4) Las lentes, la luz pasando a través de ellas, todo junto y la lámpara forman la luz focalizada. | (4) La mente, la iluminación de ésta y el Ser, que juntamente forman el conocedor. |
| (5) La luz que pasa a través de las lentes y se proyecta en la pantalla. | (5) La luz del Ser, que emerge de la mente a través de los sentidos y se proyecta en el mundo. |
| (6) Las variadas clases de imágenes que aparecen en la luz de la pantalla como objetos que se perciben. | (6) Las variadas formas y nombres que aparecen en la luz del mundo. |
| (7) El mecanismo que hace funcionar la película. | (7) La divina ley que hace manifestar las tendencias latentes en la mente. |

Como las imágenes aparecen en la pantalla mientras la película proyecta sombras a través de las lentes, así el mundo fenoménico continuará apareciéndose al individual o en los estados de vigilia y sueño mientras haya impresiones mentales latentes. De la misma manera que las lentes aumentan en un segundo las pequeñas imágenes impresas en la película y les otorgan un tamaño enorme, así la mente agranda las semillas latentes en un gran árbol de pensamientos y muestra en un

segundo innumerables mundos. De nuevo, al igual que solo se aprecia la luz de la lámpara cuando no está la película, así el Ser irradia sin el triple factor (conocedor, conocido, conocimiento) cuando las tendencias mentales están ausentes en los estados del dormir profundo, desmayo o *samadhi.* Como la lámpara ilumina la lente mientras permanece sin ser afectada, así también el Ser ilumina el ego (*chidabhasa*), permanece mientras inafectado».

(C. W. 1901)



P.: «¿Por qué se describe al Ser al mismo tiempo en el cuarto estado (*turiya*), y más allá de éste (*turiyatita*)?»

R.: «*Turiya* significa el cuarto estado. Las personas (*jivas*) que experimentan sucesivamente estos tres estados: vigilia, sueño y dormir profundo, (conocidos como *visva, taijasa* y *prajña)* deambulan sucesivamente por ellos, pero estos estados no son el Ser. El Ser es el testigo de ellos; por eso se le llama el cuarto estado. Cuando éste se conoce, desaparecen las experiencias de los tres estados, y también la idea de que el Ser es un testigo, esto es, el cuarto. Sucede así porque es describe que el Ser está más allá del cuarto estado (*turiyatita*)».

(C.W. 1901)



P.: «Deseo conocer qué es el corazón y dónde está; ante todo quisiera que se me aclarase esta duda. Ignoro mi propia verdad; mi conocimiento es limitado, imperfecto. Dices: "Yo" es el Ser, *Atman.* Pero se dice que *Atman* es siempre consciente de Sí mismo, mientras que yo estoy inconsciente...»

R.: «La gente cae siempre en esta confusión. Lo que llamas tú mismo no es el verdadero Ser, que no ha nacido y no muere».

P.: «Entonces, me dices que lo que llamo "mi yo" es el cuerpo o parte del cuerpo».

R.: «Pero el cuerpo es materia (*jeda*), nunca conoce, siempre es lo conocido».

P.: «Entonces, si no soy ni *Atman*, no soy el Ser y tampoco el *Anatman* (no-ser)...»

R.: «Voy a rescatarte. Entre el Espíritu y la materia, el Ser y el cuerpo, nace algo que se llama *ahamkara*, el ego-ser, *jiva*, (el ser viviente). Lo que llamas "tú mismo" es este ego-ser, diferente del Ser siempre consciente y de la materia inconsciente, pero que participa de los caracteres de ambos: Espíritu y materia (*chetana* y *jade*)».

P.: «Entonces, cuando dices "conócete a ti-mismo", ¿quieres decir conocer a este ego-ser?»

R.: «Pero en el momento en que el ego-ser trata de conocerse, cambia de carácter, empieza a participar cada vez menos de la materia (*jada*) en la cual está absorbido pero más y más de la Conciencia del Ser, el *Atman*».

(S. D. B.1912).



P.: «¿Con qué autoridad se puede decir que el completo movimiento y no movimiento de los mundos dependen de uno mismo?»

R.: «El Ser, al estar corporeizado, cuando actua la energía, que estaba latente en el estado de dormir profundo emerge con la idea de "yo" y hace que se experimenten todos los objetos. El Ser está presente en todas las percepciones como el

perceptor. Cuando el "yo" está ausente, no se ven los objetos. Por todas estas razones se puede decir sin ninguna duda que todo viene del Ser y vuelve Él».

P.: «Al observar tantos cuerpos y las almas que los animan, que están por todas partes y son innumerables, ¿cómo puede decirse que el Ser es solamente uno?»

R.: «Si se acepta la idea de "yo soy el cuerpo", los seres o almas son muchos. Esta idea desaparece en el estado del Ser, puesto que en él no hay objetos. Por esta razón se considera que el Ser es uno sólo».

(C.W.1901)



P.: «Swami, para alcanzar la realización, ¿es la indagación de "¿quién soy yo?" el único camino?»

R.: «La indagación no es un camino exclusivo. Si se hacen prácticas espirituales (*sadhana*) con nombre y forma, repeticiones de nombres sagrados (*japa*) o cualquiera de estos métodos con una firme determinación y perseverancia, uno se convierte en Aquello. Cada individuo debe ir hacia la práctica espiritual y no detenerse en la enseñanza teórica. Hay personas que se encuentran muy lejos de Tiruvannamalai, otras muy cerca; hay quienes están en Tiruvannamalai, mientras que algunas están entrando en la misma sala de Bhagavan. Para estas últimas, es suficiente si se les dice, cuando están entrando en la sala: "Aquí está Maharshi", y ellos lo perciben inmediatamente. A otros se les tiene que explicar qué ruta han de tomar, qué tren han de coger, dónde cambiar y qué carretera les llevará a la meta. Así pues, el camino particular que se ha de tomar tiene que ser prescrito de acuerdo a la capacidad del *sadhaka* (practicante). Estas prácticas espirituales no son

para conocer al Uno mismo que está en todas las partes, sino para liberarse de los objetos de deseo. Cuando todos están descartados, uno permanece tal como Es. Aquello que siempre existe es el Ser, todas las cosas han nacido de Él; y sólo será conocido cuando realicemos nuestro propio Ser. En tanto no se tenga ese conocimiento, todo lo que se ve en en este mundo aparecerá como real. Imaginemos que una persona está durmiendo en esta sala, y sueña que va a alguna parte; se pierde por el camino, va errante de un pueblo a otro, de una colina a otra y está sin comida ni agua durante un tiempo. Sufre mucho, pregunta a diferentes personas y finalmente encuentra el lugar correcto. Por fin, lo alcanza y siente con gran alivio que está entrando en la sala. En ese mismo instante abre los ojos con una mirada sorprendida. Todo esto ha sucedido en poco rato, y solamente después de despertarse se ha dado cuenta de que no había ido a ninguna parte. Nuestra vida presente es lo mismo. Cuando el ojo del conocimiento se abre, la persona se percata de que siempre permanece en su propio Ser».

P.: «¿Es verdad que todas las prácticas espirituales confluyen en el camino de la indagación del Ser?»

R.: «Sí, la investigación "¿quién soy yo?" es el principio y el final de la enseñanzas del Vedanta. Se dice que solamente aquel que ha integrado los valores de las prácticas espirituales está preparado para la indagación vedántica. De las cuatro categorías de prácticas, la primera es el conocimiento del Ser y el no-ser (*atma* y *anatma*); esto significa el conocimiento de que el Ser es eterno (*nitya*). ¿Cómo conocerlo? Ésta es la cuestión. Es posible hacerlo por la indagación de "¿quién soy yo?"y "¿cuál es la naturaleza de mi Ser?" Habitualmente, este proceder se sugiere al principio de las prácticas espirituales, pero por lo general no se acepta con convicción. Así, cualquiera práctica espiritual se toma como recurso y por úl-

timo, el practicante emprende la investigación del Ser. Uno aprende el alfabeto: A, B, C, D, E, etc. cuando es joven. Se dice que estas letras son esenciales para toda la educación y que no habría necesidad de cursar la licenciatura o hacer un máster. Después de graduarse la persona se da cuenta de que todo lo que ha estudiado está contenido en aquellas letras fundamentales. ¿No están todas las Escrituras contenidas en esto tan elemental llamado alfabeto? Así es, mas ello se hace evidente cuando uno las conoce a fondo.

Hay numerosos ríos; algunos fluyen rectos, otros giran y serpentean, pero al final todos ellos se funden con el océano. De la misma manera, todos los caminos se unen en el de la indagación del Ser, igual que todas las lenguas se fusionan en el silencio (*mouna*). *Mouna* es un hablar continuo; no es un vacío. Es el lenguaje del Ser y se identifica con Él; es autoluminoso; todo está en Él. En el estado de Tamil Nadu, una gran persona compuso y cantó una canción cuyo significado es: "Nosotros somos como una pantalla y todo la creación aparece como imágenes en ella. El silencio es plenitud y lo penetra todo". Como el dicho: *Om purnamadah purnamidam purnath purnam udachyate* (de la plenitud; cuando la plenitud es realizada permanece la plenitud). Todo parece ser lo mismo para el Alma realizada. Ver algo y no verlo le parece igualmente bueno».

(L. R. Vol.II.29-11-47)



La mujer del *zamindar* (recaudador de impuestos) de Peddapavani, un visitante asiduo del *ashram*, vino con sus hijos en febrero. Estuvo todo un mes y se fue hace dos días. Una tarde, después del canto del *Veda Parayana*, se acercó a Bhagavan

y dijo: Hace algún tiempo Bhagavan me inició en unas prácticas espirituales mientras yo soñaba (*darshan* y *upadesha*). Después de esto realicé al Ser, pero no es permanente. ¿Qué debería hacer?»

R.: «Si no es permanente, ¿dónde se ha ido? ¿Quién es el que no es permanente?»

P.: «Ella (la realización) no lo es».

R.: «¿Dónde se ha ido?»

P.: «Aquella experiencia que tuve no permanece estable debido a enfermedades del cuerpo y preocupaciones familiares».

R.: «Comprendo lo que dices. Aquello que viene, viene. Lo que se va, se va. Pero nosotros permanecemos como somos».

P.: «Debes concederme la fuerza para permanecer como yo soy».

R.: «Tú has realizado al Ser, ¿no es verdad? Si es así, todo lo demás desaparece por su propio peso».

P.: «Pero es que no ha desaparecido».

R.: «Ya veo; desaparecerá. Las tendencias mentales (*vasanas*), han hecho un nido dentro de ti durante mucho tiempo. Si nos hacemos conscientes de ellas, desaparecerán gradualmente».

P.: «Bhagavan tiene que concederme la fuerza para que desaparezcan».

R.: «Veremos».

(L.R. Vol.II. 20-9-1949)



P.: «¿Hay límites para el Ser?»

R.: «¿Qué es el Ser?»

P.: «El alma individual es el Ser».

R.: «¿Qué es el alma individual? ¿Hay alguna diferencia entre los dos o son idénticos? Todo lo que aparece está destinado a desparecer. Todo lo creado, ciertamente, será destruido. El Eterno no nace, ni muere. Ahora estamos confundiendo las apariencias con la realidad; llevan su propio final en ellas mismas. ¿Qué es eso que aparece nuevamente? Si no lo puedes encontrar, entrégate sin reservas a lo que permanece tras las apariencias; luego la realidad brillará».

(T. 20-6-36)



El Baron von Veltheim-Ostran, un alemán del este, preguntó: «Debería haber armonía entre el conocimiento del Ser y el del mundo. Tienen que desarrollarse uno junto al otro. ¿Es correcto? ¿Está de acuerdo Maharshi?»

R.: «Sí».

P.: «Más allá del intelecto, y antes de que se manifieste la sabiduría, habrá películas del mundo pasando ante nuestra conciencia. ¿Es así?»

Sri Bhagavan señaló un pasaje parecido de una cita de Dakshinamurti,[38] que significa: Las imágenes son como reflejos en un espejo, así es en el mundo de *manes*[39]; como reflejos en las aguas, así es en el mundo de los *gandharvas*;[40] como sombras y luz en el mundo de *Brahma Loka*[41]».

P.: «¿Hay un despertar espiritual desde 1930 en todo el mundo? ¿Está de acuerdo el Maharshi?»

38. Manifestación del Dios Shiva en tiempos antiguos.

39. Submundo.

40. Submundo.

41. El mundo de Brahma.

R.: «Ese despertar del que hablas depende de tu percepción.»

El Barón, preguntó de nuevo, si Maharshi le induciría un trance espiritual para darle un mensaje sin palabras pero comprensible. No hubo respuesta.

(T. 23-12-35)



Yedavalli Rama Sastri vino aquí el otro día y preguntó a Bhagavan: Swami, la gente dice que el Ser es tan luminoso como diez millones de soles. ¿Es eso así?»

R.: «¡Ciertamente! Aunque concedamos que su brillo es igual a diez millones , ¿cómo puede determinarse? Nosotros ni siquiera con estos ojos podemos ver el sol visible. ¿Cómo podriámos ver 10 millones de soles? Necesitarías un ojo diferente para captar el brillo del que hablas. Cuando logres ver con aquel ojo, podrás darle cualquier nombre que te guste: diez millones de soles o de lunas, o lo que tú quieras».

(L. R. Vol.-I. 21-2-46)



El señor Kishorilal, natural de Nueva Delhi, es un funcionario de la Compañía de Ferrocarriles del Gobierno indio. Su aspecto sencillo y gentil irradia una actitud digna. Tiene una úlcera de estómago y ha decidido alojarse en un hotel de la ciudad. Hace cinco años inició el estudio de obras devocionales; es un *bhakta* de Krishna y puede sentirlo en todo lo que ve. A menudo se le aparece y le hace sentirse feliz. Ir diariamente a su trabajo no le supone un gran esfuerzo; todo parece ser hecho por el mismo Krishna.

Un tiempo después se entrevistó con un Mahatma que le aconsejó estudiar el Vedanta y practicar la devoción al Ser sin forma (*nirakara upasana*). Desde entonces ha leído unos setecientos libros de filosofía y Vedanta, incluyendo los Upanishads, *Ashtavakra, Avadhuta* y Srimad Bhagavad Gita. También ha estudiado los trabajos en inglés de Sri Bhagavan y se ha sentido muy impresionado por su contenido. Estuvo una vez a las puertas de la muerte, y su pensamiento fue que todavía no había visitado en vida a Sri Bhagavan. Después de recuperarse vino aquí para una breve visita. Rogó a Sri Bhagavan solamente su toque y su gracia. El Maestro le dijo: *Atmaivaham, gudakesa* (Yo soy *Atman, Atman* es el gurú).[42] También la gracia. Nadie permanece sin el *Atman*; siempre está en contacto con nosotros. No es necesaria la iniciación a través de un toque externo».

P.: «Entiendo. Quise decir toque interno».

R.: «Nada es más íntimo que *Atman*».

P.: «De nuevo, Sri Krishna se me apareció hace tres meses, y dijo: "¿Por qué me pides la devoción al Ser sin forma? El Ser está en todo y todo está en el Ser[43]».

R.: «Esta máxima contiene toda la verdad. Aun así, no es la experiencia directa (*oupacharika*). No hay nada más, de hecho, que Atman. El mundo es una proyección de la mente; ella tiene por origen al Ser. Así, *Atman* es el único Ser».

P.: «No obstante es difícil de realizar».

R.: «No hay nada que realizar. Él es el estado eterno, Pura Conciencia liberada (*nitya suddha buddha mukta*). Es natural y eterno. No hay nada nuevo que obtener. Por otra parte, un hombre tiene que perder su ignorancia. Eso es todo.

42. Gurú, también es la gracia.

43. *Nirakara upadesana, sarba bhutesu cha atmanam sarva Bhután cha Atman.*

Hay que seguir el rastro de esta ignorancia hasta su origen. ¿Quién tiene la ignorancia? ¿De qué es uno ignorante? Tenemos al sujeto y el objeto. Esta dualidad es característica de la mente. La mente es del *Atman*».

P.: «Sí. La ignorancia no puede existir por ella misma».

Al final, el señor Kishorilal, se rindió y dijo: "Tal, como un doctor aprende lo que no va bien con el paciente y lo trata de acuerdo a su situación, así puede Sri Bhagavan hacer conmigo. Y añadió que había perdido el interés por estudiar libros y aprender de ellos.

(T. 28-11-35)



P.: «¿Qué es *Atman*? ¿Tiene alguna finalidad?»

R.: «Primero aprende lo que es. Si lo conocemos, entonces, podemos preguntar si tiene una finalidad o no. ¿Qué es lo que tú llamas *Atman*?»

P.: «El ser individual o *jiva* ».

R.: «Aprende lo que es el *jiva*. ¿Cuál es la diferencia entre *jiva* y *Atman*? ¿Es el *jiva* mismo *Atman*, o hay algo que los diferencia? Lo que ves tiene un final. Lo creado acabará destruido o tendrá un final. Sólo lo que no es creado no tiene fin. Lo eterno no puede ser visto; es inobservable. Tenemos que encontrar aquello que no es permanente. Su destrucción implica la desaparición. Lo que existe, existe siempre. Lo que aparece nuevamente, más tarde se desvanece».

P.: «¿Por qué es *Atma vichara* necesario?»

R.: «Si no haces *Atma vichara*, harás *loka vichara*, es decir, te involucrarás en las cosas del mundo y éstas te absorberán. La gente suele buscar aquello que no tiene una realidad verdadera; acostumbra a dejar de lado lo que es obvio o lo que

de verdad importa: nuestra verdadera naturaleza. Cuando uno ha encontrado lo que busca, *vichara* también cesa y descansas en el Ser. Cuando uno confunde el cuerpo con *Atman*, se le señala que *Atman* se ha perdido y se le dice: "Búscalo"; pero el *Atman* no se pierde, existe siempre. Se declara que el cuerpo es *Atman* y lo mismo se afirma de los cinco sentidos (*Indriya*). Luego está el *Jivatman*[44] y *Paramatman*,[45] etc. Hay mil y una cosas llamadas *Atman*. La búsqueda de *Atman* es para conocer qué es realmente *Atman*».

(T. 13-3-36)



El señor Tirumalpad, malayali de Nilambur, pidió a sri Bhagavan una explicación sobre *Atma vidya* (conocimiento del Ser)».

«Sri Bhagavan explicó brevemente las cinco sentencias siguientes como sigue: Chidambaram es un famoso lugar de peregrinaje asociado con Nandanar, que cantó que lo más dificultoso de alcanzar es *Atma vidya* ". Sin embargo Murugunar (un residente devoto de Sri Bhagavan) cantaba unos versos en los que se afirmaba que lo mas fácil de lograr es *Atma vidya* (*Ayye atisulabham*). Debido a esta extraordinaria sentencia, argumentó que *Atman*, al ser el Ser, es eternamente evidente incluso para el último de los hombres. La sentencia original y el razonamiento subsiguiente son incompatibles porque no hay necesidad de alcanzarlo, puesto que el Ser es la esencia de todos los seres y, por ello, es tan evidente. Pero Muruganar no pudo seguir con el tema y le entregó las cuatro líneas de la

44. *Jivatman*: ser individual es *Atman* (Ser).

45. *Paramatmam*: lo que está más allá del Ser.

frase sin acabar a Sri Bhagavan para que la completase. Sri Bhagavan admitió la verdad de las sentencias de su discípulo y señaló por qué el Ser, aunque obvio, está no obstante escondido. Es la errónea identificación del Ser con el cuerpo, etc».

P.: «¿Cómo aparece la identificación errónea?»

R.: «Debido a los pensamientos. Si se eliminan, el verdadero Ser brillará por Sí mismo».

P.: «¿Cómo pueden eliminarse los pensamientos ?»

R.: «Encuentra la base de los pensamientos. Todos están atados a un solo yo-pensamiento; contrólalo y todos los demás quedarán anulados. Además, no es de ninguna utilidad conocer todo excepto el Ser. Si se percibe al Ser, se conoce todo lo demás. De aquí que la realización del Ser sea la principal y única obligación del hombre».

P.: «¿Cómo controlar el yo-pensamiento?»

R.: «Si se encuentra su origen, entonces no aparece, y de esta manera queda controlado».

P.: «¿Dónde y cómo encontrarlo?»

R.: «De hecho, es la conciencia la que permite a los individuos funcionar de diferentes maneras. La Pura Conciencia es el Ser. Todo lo que se requiere para realizalo es estar en silencio».

P.: «¿Qué puede ser más fácil que eso?»

R.: «Para llegar al silencio, *Atma vidya* es el camino más fácil».

En otro momento, el señor Bose, un igeniero bengalí, preguntó el significado de la última sentencia de *Atma vidya* (El conocimiento del Ser). Sri Bhagavan lo explicó de la siguiente manera:

«El mundo es percibido; la percepción del mismo es solamente aparente; para que sea posible tal percepción los objetos han de manifestarse a través de la existencia y de la luz.

Tal existencia y luz son simultáneos a la aparición de la mente. Así, la existencia física y la iluminación son parte de la existencia e iluminación mentales. Estas últimas no son absolutas, porque la mente aparece y se sumerge. La mente tiene su sustrato en el Ser, que es autoevidente; así, su existencia y autoluminosidad son obvias. Esto es el Ser Absoluto que continúa también a través de los estados de dormir, vigilia y sueño profundo. El mundo está formado por un conjunto de variedades y la función de la mente es percibirlas. La mente refleja la luz que recibe del Ser. De igual manera, en un cine es posible ver las imágenes en la pantalla gracias a la luz que ésta recibe de un foco, en medio de la semioscuridad, y no se percibirían a plena luz del día ni en la oscuridad espesa. Sabe que, del mismo modo, las imágenes del mundo son captadas debido a una luz tenue. Así también, la luz emitida desde el Ser se abre paso a través de la ignorancia-oscuridad y nos permite ver el mundo. Éste no puede percibirse en la pura ignorancia, como sucede al dormir; o en la Luz Absoluta, como en la autorealización. La ignorancia (*avidya*) es la causa de la variedad en el mundo».

El ingeniero dijo que lo había entendido sólo intelectualmente.

R.: «Porque en el estado de vigilia, cuando discutes estas cuestiones, estás atrapado en el intelecto».

Más tarde, se le dijo que la gracia era necesaria para la realización. El ingeniero preguntó cómo podía obtenerla».

R.: «Gracia es el Ser. No se manifiesta debido a que prevalece la ignorancia. Se hará manifiesta con la fe (*sraddha*). Fe, gracia, luz, Espíritu..., todos son sinónimos del Ser ».

(T. 2-4-37)



Un visitante de Rawalpindi preguntó:

«El *Atman* (Ser) no tiene forma. ¿Cómo podré concentrarme en Él?»

R.: «Deja a un lado Atma, que tú dices que es sin forma o intangible. La mente es tangible para ti. Contrólala y será suficiente».

P.: «La mente es también muy sutil y se parece a *Atman*. ¿Cómo puedo conocer la naturaleza de la mente? También ha dicho que todos los soportes son inútiles, entonces, ¿cuál debería ser nuestro apoyo?»

R.: «¿Desde dónde opera tu mente?»

P.: «¿Desde dónde actúa?»

R.: «Pregúntale a la mente».

P.: «Yo ahora le pregunto a usted. ¿Debería concentrarme en la mente?»

R.: «¡Hum!

P.: «Pero ¿cuál es la naturaleza de la mente? Ésta no tiene forma. El problema es desconcertante».

R.: «Porque estás confundido».

P.: «Los Sastras (Escrituras) quieren que nos concentremos y yo no puedo».

R.: «¿A través de qué Sastras hemos conocido nuestra existencia?»

P.: «Es un asunto de experiencia, pero yo quiero concentrarme».

R.: «Libérate de los pensamientos. No te ates a nada. Nada te ata a ti. Se tú mismo».

P.: «Todavía no entiendo en qué apoyarme para la concentración. ¿Puedo meditar en mi mente?»

R.: «¿En qué mente?»

P.: «En la mía propia».

R.: ¿Quién eres tú? La pregunta se resuelve correctamente por ella misma.

Todos se retiraron para la comida. El visitante volvió a las dos y media de la tarde y continuó con la misma pregunta: «Maharshi aconseja al buscador liberarse de los pensamientos. ¿En qué debería de concentrar la mente después de expulsarlos todos? No veo dónde estoy y en qué debo concentrarme"».

R.: «¿Para quién es la concentración?»

P.: «Para la mente».

R.: «Entonces concentra la mente».

P.: «¿En qué?»

R.: «Responde a la pregunta tú mismo. ¿Qué es la mente? ¿Por qué deberías concentrarte?»

P.: «No sé lo que es la mente. Yo pregunto a Maharshi».

R.: «Maharshi no busca conocer la mente. El que se lo cuestiona es quien debe preguntarle a la mente misma qué es».

P.: «Maharshi aconseja que esté libre de pensamientos».

R.: «Esto mismo es un pensamiento».

P.: «Cuando todos los pensamientos desaparecen, ¿qué es lo que permanece?»

R.: «¿Es la mente diferente de los pensamientos?»

P.: «No. Está hecha de pensamientos. Mi duda es: Cuando todos los pensamientos sean eliminados, ¿cómo concentraré la mente?»

R.: «¿No es éste otro pensamiento?»

P.: «Sí, pero me ha aconsejado que me concentre».

R.: «¿Por qué deberías concentrarte? ¿Por qué no dejar que tus pensamientos juegen libremente?»

P.: «Las Escrituras dicen que los pensamientos nos hacen errar cuando actúan libremente, esto es, nos hacen caer en lo irreal y en lo cambiante».

R.: «Entonces, tú no quieres que se te guíe a esas situaciones. Tus pensamientos son irreales y cambiantes; tú quieres aferrar la realidad. Eso es exactamente lo que digo yo: Los pensamientos son irreales, libérate de ellos».

P.: «Ahora entiendo. Pero tengo una duda: "Ni por un momento puede estar uno inactivo", ¿cómo podré estar libre de pensamientos?»

R.: «La misma Gita dice: "Aunque todas las acciones se manifiestan, Yo no soy el hacedor". Es como el Sol con relación a las actividades del mundo. El Ser siempre permanece sin acción, mientras que los pensamientos aparecen y desaparecen. El Ser es perfección, es inmutable; la mente es limitada y variable. Lo que necesitas es eliminar tus limitaciones. Así se revelará tu perfección».

P.: «La gracia es necesaria para ello».

R.: «La gracia está siempre presente. Todo lo que necesitas es entregarte a ella».

P.: «Me entrego y ruego que, incluso si cometo errores, pueda ser dirigido a ella».

R.: «¿Es esto la entrega? La entrega, para ser completa, tiene que no ser cuestionada».

P.: «Sí; yo me entrego usted. Dice que tengo que sumergirme en el océano del Ser, como el buscador de perlas se sumerge en el mar».

R.: «Sí, porque ahora piensas que estás fuera del océano de la Conciencia».

P.: «Yo practico *pranayama* (control de la respiración). Ello genera calor en el cuerpo. ¿Qué debería hacer?»

R.: «El calor pasará cuando la mente esté en calma».

P.: «Eso es verdad, pero conseguirlo es difícil».

R.: «De nuevo un pensamiento que se convierte en un obstáculo».

(T.15-3-38)



Un hombre preguntó a Sri Bhagavan: «¿Cómo puede decirse que el *Atma vidya* (el conocimiento del Ser) es lo más fácil?»

R.: «Cualquier otro *vidya* (conocimiento) requiere un conocedor y un objeto de conocimiento, mientras que el *Atma vidya* no requiere ninguno de los dos; es el Ser. ¿Puede algo ser tan obvio como El Ser? Ésa es la razón por la que se dice que es lo más fácil. Todo lo que necesitas es investigar "¿quién soy yo?"

La verdadera naturaleza de un hombre es *mukti* (liberación)».

T. (15.10.38)



El señor. Natverlal Parekth, un gentilhombre de Gujerat que asistió como Delegado al Congreso Internacional de las Religiones en la ciudad de Baroda, vino aquí de visita. Es un hombre joven, bien parecido, despierto y del todo consciente de su responsabilidad. Entregó una nota que contenía algunas preguntas para Sri Bhagavan.

P.: «Por favor, ayúdeme a realizar el *Atma-Paramatma-Satchitananda* (Ser/Supra-conciencia/Ser-Conciencia-Felicidad)».

R.: «*Atma-Paramatma-Satchitananda* significa una y la misma cosa, el Ser. Él está eternamente realizado; de otra manera, no habría gozo en ello. Si no es eterno, debería tener un principio; lo que empieza tiene también que finalizar; es decir, que sería transitorio. No es de ninguna utilidad buscar lo temporal. El hecho es que el Ser permanece en un estado sin esfuerzo, en una eterna paz y felicidad consciente; y si uno permanece con lucidez, sin empeño, en ese estado de dicha, decimos que ha alcanzado la realización».

P.: «No quiero respuestas intelectuales. Quiero que sean prácticas».

R.: «Sí. El conocimiento directo no requiere discursos intelectuales. No son necesarios, puesto que el Ser es directamente experimentado por todos. Cada uno dice "Yo soy". ¿Es que hay algo más que tenga que ser realizado?»

P.: «No está claro para mí».

R.: «Tú existes. Dices "Yo soy". Eso quiere decir existencia».

P.: «Pero dudo de ella».

R.: «¡Oh! ¿Quién está hablando ahora?»

P.: «Yo, seguramente. Pero no estoy seguro de si existo o no. Además, aún admitiendo mi existencia, ello no me conduce a ninguna parte».

R.: «Tiene que haber alguien para negar la existencia. Si no existieras, no habría quien cuestionase y no se harían preguntas».

P.: «Aceptemos que yo existo».

R.:«¿Cómo sabes que existes?»

P.: «Porque pienso, siento, veo, etc.»

R.: «Quieres decir que deduces tu existencia debido a estas experiencias. Además, en el dormir no hay pensamientos, sentimientos, etc., y, no obstante, está el Ser».

P.: « ¡No! ¡Yo no puedo decir que existía en el dormir!»

R.: «¿Niegas tu existencia cuando duermes?»

P.: «Puedo existir o no. ¡Dios sabe!»

R.: «Cuando despiertas de tu sueño recuerdas lo que hiciste antes de caer en él sueño».

P.: «Puedo decir que existía antes y después de dormir, pero no puedo decir que existía durante el sueño».

R.: «¿Dices ahora que dormiste?»

P.: «Sí».

R.: «¿Cómo lo sabes, a no ser que recuerdes el estado de sueño?»

P.: «Eso no quiere decir que existiera en el sueño. La admisión de esa existencia no me lleva a ninguna parte».

R.: «¿Quieres decir que un hombre muere cada vez que le surge el sueño y que resucita cuando despierta?»

P.: «Puede ser. ¡Sólo Dios lo sabe!»

R.: «Entonces, permite que Dios venga y solucione este enigma. Si uno muriera al dormir, tendría miedo a caer dormido de la misma manera que uno teme la muerte. Pero, por otra parte, uno pretende dormir. ¿Por qué lo hace, a no ser que encuentre placer en ello?»

P.: «No hay gozo positivo en dormir. Se busca el sueño sólamente para eliminar la fatiga física».

R.: «Bien, es correcto. "Estar libre de fatiga". Existe "uno" que está libre de fatiga».

P.: «Sí».

R.: «Por consiguiente, existes en el sueño y también en este momento. Estuviste feliz mientras dormías sin sentir, pensar, etc. Y continúas ahora, ¿por qué no eres feliz?»

P.: «¿Cómo puede decirse que hay felicidad?»

R.: «Las personas dicen: "*Sukhamanamasvapsam*" ( dormí felizmente o era feliz mientras dormía)».

P.: «No creo que estén en lo cierto. No hay felicidad, (*sukha*) sino ausencia de pena».

R.: «Tu propio Ser es felicidad. Por consiguiente, uno dice que estaba feliz al dormir. Significa que cuando duerme permanece en el estado original incontaminado. En cuanto a la pena, no existe. ¿Dónde puede estar para poder hablar de su ausencia en el sueño? Debido al error de la identificación del Ser con el cuerpo, se manifiestan todo tipo de equivocaciones».

P.: «Lo que yo quiero es la realización. No siento la felicidad inherente a mi naturaleza».

R.: «Porque ahora el Ser se ha identificado con el no-ser.

El no-ser no está separado del Ser. Sin embargo, existe la idea errónea de que el cuerpo está aparte, y se confunde al Ser con el cuerpo. Esta identidad equívoca tiene que acabar para que la felicidad se manifieste».

P.: «Soy incapaz de ayudarme».

Un ingeniero sugirió la entrega al Maestro.

P.: «De acuerdo».

R.: «Tu naturaleza es felicidad. Pero dices que no eres consciente. Detecta qué es lo que obstruye tu verdadero Ser. Se te ha señalado que el obstáculo es la identidad equívocada. Elimina el error. El paciente ha de tomarse la medicina recetada por el médico para curarse de la enfermedad».

P.: «El paciente es débil para ayudarse a sí mismo y, se entrega incondicionalmente en las manos del doctor».

R.: «Al facultativo se le tiene que dar total confianza de acción y el paciente debe estar quieto, sin decir palabra. Haz lo mismo, guarda silencio. Si observas estos principios, el resto se realiza sin esfuerzo».

P.: «Ésta es la medicina más efectiva».

(T. 16-12-36)



Un visitante preguntó a Sri Bhagavan qué debería hacer uno para mejorar el *Atma.*

R. : «¿Qué quieres decir con *Atma* y su mejoramiento?»

P.: «No sabemos nada de ello; por eso venimos aquí».

R.: «El *Atma* o el Ser es siempre como es. No existe el alcanzarlo. Lo único necesario es renunciar a la creencia de que el no-ser es el Ser y de que lo irreal es real. Cuando renunciamos a identificarnos con el cuerpo, solamente permanece el Ser».

P.: «¿Pero cómo se puede renunciar a esta identificación? Venir aquí y resolver nuestras dudas, ¿ayudará en el proceso?»

R.: «Las preguntas giran siempre en torno a las cosas que no conoces, y son innumerables, a no ser que encuentres quién pregunta. Aunque los objetos sobre los que se consulta sean desconocidos, no hay duda de que el sujeto que inquiere existe. Si averiguas quién es, todas las dudas desaparecerán».

P.: «Todo lo que quiero saber es si el *sat sang*[46] es necesario, y si venir aquí me ayudará o no».

R.: «Primero tienes que saber lo que es *sat sang*. Quiere decir asociación con *sat* o realidad. El que conoce o ha realizado *sat* es considerado como *sat*. Esta asociación es absolutamente necesaria para todos. *Shankara*[47] dijo —Bhagavan citó los versos en sánscrito— que en los tres mundos no hay barca como el *sat sang* para navegar a salvo a través del océano de nacimientos y muertes».

(D. D. 16-7-46)



P.: «Swami, ¿cómo podemos encontrar al Ser (*Atma*)?»

R.: «Estás en el Ser; entonces, ¿cómo puedes tener dificultad para encontrarlo?»

P.: «Dices que estoy en el Ser, pero ¿dónde está exactamente el Ser?»

R.: «Si te sitúas en el corazón y buscas pacientemente, lo encontrarás».

El que preguntaba permanecía todavía insatisfecho e hizo

46. Reunión de discípulos ante su gurú o maestro espiritual.

47. Sabio vedantino del siglo. VIII d. c.

la curiosa observación de que no había sitio en su corazón para que lo habitara el Ser».

R.: «Observa cómo te preocupas por dónde está el Ser: ¿Qué es lo que te puedo decir? Lo que Es es el Ser; está en todas partes. Cuando te digo que se le llama el corazón, dices que no hay sitio donde pueda estar. ¿Qué puedo hacer? Decir que el Ser no cabe en tu corazón, después de haberlo llenado con innecesarias *vasanas* (tendencias mentales), es como quejarse de que no hay sitio en una casa tan grande como Ceilán (Sri Lanka). Si todos los trastos viejos se echan fuera, ¿no habrá más espacio en la habitación? El cuerpo mismo es un cachivache. Los que buscan son como un hombre que llena todas las habitaciones de su casa con objetos innecesarios y después se queja de que no hay sitio para él. De la misma manera, llenan la mente de todo tipo de impresiones y luego dicen que no hay sitio para el Ser. Si todas las impresiones e ideas falsas se purifican y se echan afuera, lo que permanece es un sentimiento de plenitud; eso es el Ser mismo. Entonces no habrá tales cosas como un "yo" separado, sino que se está en un estado sin ego. Por lo tanto¿dónde está la pregunta sobre una habitación o el ocupante de la habitación? La gente, en vez de buscar al Ser, dice: "¡No hay habitación!, ¡no hay habitación!"; es como cerrar los ojos y decir: "¡No hay sol!, ¡no hay sol!". ¿Qué puede hacer uno en esas circunstancias?»

(L. R. Vol. II)



# GLOSARIO

# A

*Abhyasa*: prácticas de liberación de los pensamientos.
*Advaita*: No dualidad.
*Aham*: el "Yo".
*Ahamiti sphurati*: brilla como el "Yo"
*Ahamkara*: ego-ser.
*Ahamn Brahmasmi*: Yo soy Brahma.
*Aham Sphurana*: la luz del "Yo".
*Ahamtkrti*: ego.
*Aham vritti*: yo-pensamiento.
*Ajnana*: ignorancia.
*Akhanda*: dividido.
*Amanta*: no-pensador.
*Anahata chakra*: chakra del corazón.
*Ananda*: felicidad.
*Anandamaya kosa*: envoltura de la felicidad.
*Anatman*: el no-ser.
*Antaryamin*: Ser inmanente.
*Anthara vichara*: búsqueda interna.
*Arudha*: realizado.
*Asrham*: comunidad.
*Ativanika sariram*: cuerpo sutil.
*Atma shakti*: poder del Ser.
*Atmaviaham, gudakesa*: Yo soy el Ser, El Ser es el gurú.
*Atma vichara* : indagación del Ser.
*Atma vidya*: conocimiento del Ser.
*Atma vritti*: actividad de pensamientos subjetivos.
*Avadhuta*: libro de enseñanzas espirituales de India.
*Avidya*: ignorancia.
*Ayye atisulabham*: fácil de alcanzar.

# B

Bhagavad-gita: texto sagrado que está incluido en el libro del Mahabharata.

*Bhagavan*: titulo honorífico dado a un ser que es uno con Dios.

*Bhajan*: canto devocional.

*Bhakta*: devoto.

*Bhakti*: devoción.

*Bhavana*: técnica de meditación que ayuda a calmar la mente.

*Bheda buddhi:* sentido de diversidad.

*Brahmachari*: célibe

*Brahma loka*: el mundo o cielo de Brahma.

Brahman: La realidad Absoluta, Principio creador de la Divinidad.

*Brahmín*: perteneciente a la casta sacerdotal.

# C

*Chakra*: centro enérgetico sutil.

*Chetana*: Espíritu.

*Chidabhasa*: conciencia reflejada.

*Chit*: Conciencia.

*Chit-jada-granthi*: nudo o puente entre el cuerpo físico y la Conciencia.

# D

*Darshan*: bendiciones.

*Dhyana*: meditación.
*Dristhi*: visión.

# G

*Gandharva*: un submundo.
*Gayatri*: famoso mantra del Veda cuyo significado es: "que pueda concentrarme en aquello que ilumina todo".
*Gurú*: maestro espiritual.

# H

*Hridaya granthi*: nudo del corazón.
*Hridayam*: éste es el centro.
*Hrit-ayam*: "el corazón soy yo".

# I

*Indriyas*: los sentidos.
*Ishvara*: El Señor.

# J

*Jada*: materia.
*Japa*: repetir una palabra sagrada o mantra.
*Jiva*: alma o ser individual.
*Jivatma*: cuerpo sutil.
*Jnana*: conocimiento.

*Jnana vichara*: camino del conocimiento.
*Jñani*: sabio.
*Jnanam*: Conciencia Pura.

# K

*Karma*: la ley de causa y efecto.
*Karma pnarabdha*: acciones que se actualizan ahora.
*Kevala nirvikalpa*: una experiencia de éxtasis.
*Koham*: ¿quién soy yo?
*Kosa*: funda.
*Krida*: juego divino.
*Krishna*: una encarnación divina.
*Kundalini*: energía acumulada, en gran parte, en la base de la columna vertebral.

# L

*Loka*: mundo.

# M

*Maharshi*: gran sabio.
*Mahatma*: gran alma.
*Mala*: impureza.
*Manana*: reflexión.
*Manas*: mente.
*Manes*: un submundo.
*Manta*: pensador.
*Mantra*: combinación de palabras con poder espiritual.

*Maya*: ilusión.
*Mukta*: liberado.
*Mukti*: liberación.

# N

*Nama- sankirtana*: cantar el nombre de Dios.
*Neti, neti*: no es esto, no es esto.
*Nididhyasana*: concentrarse.
*Nitya*: eterno.
*Nityasida*: siempre presente.
*Nirakara upasana*: devoción al Ser sin forma.
*Nirvikalpa Samadhi*: Supremo éxtasis de la Unidad.

# P

*Pandit*: erudito de las Escrituras hindúes.
*Parabhakti*: la forma más alta de devoción.
*Phala*: fruto.
*Prajña*: dormir profundo.
*Prajnanam*: el conocimiento es Brahman.
*Prana*: energía, aire, vital.
*Pranayama*: control de la respiración.
*Prapati*: entrega.
*Puri*: ciudad.

# R

*Rajas*: principio de actividad.
Rama: una encarnación divina.

*Rishi*: sabio, vidente.

# S

*Sadeha*: duda.
*Sadguru*: verdadero maestro.
*Sadhaka*: aspirante a la práctica espiritual.
*Sadhana*: práctica espiritual.
*Sadhu*: asceta
*Sadhya*: final de las prácticas espirituales.
*Sahaja*: el verdadero estado natural.
*Sahaja nirvikalpa*: el verdadero éxtasis.
*Sakshimatra*: el Ser como único testigo.
*Samadhi*: éxtasis.
*Samatva*: práctica de virtudes.
*Samsara*: ciclo de nacimiento y muerte.
*Samskaras*: tendencias mentales.
*Sannidhi*: Presencia.
*Sannyasa*: asceta.
*Sarira*: cuerpo físico.
Sastra: Escrituras hindúes.
*Sat*: Existencia.
*Satchitananda*: Ser-conciencia-felicidad.
*Satsang*: reunión de discípulos ante su gurú.
*Shankara*: sabio vedantino del siglo VIII d. C.
Shiva: un aspecto divino de la trinidad hindú.
*Shivaratri*: luna nueva del mes febrero dedicada al dios Shiva.
*Siddha*: un Ser perfecto.
*Siddhi*: poder, perfección.
*Soham*: "este soy yo".
*Sphurana*: vibración sentida en el corazón espiritual.

*Sraddha*: fe.
*Sri*: tratamiento otorgado a los grandes seres espirituales.
*Srota*: oyente.
*Sruti*: Escrituras.
*Suddha*: puro.
*Sukha*: felicidad.
*Sukhamahamasvapsam*: "yo dormí felizmente".

# T

*Taijasa*: sueño.
*Tamas*: principio o aspecto de la oscuridad.
*Tapasvi*: prácticas ascéticas.
*Tarbodham*: engreído.
*Tattva*: esencia.
Tres cuerpos: físico, mental y anímico.
*Triputi*: tríada.
*Turiya*: el cuarto estado.
*Turiyatita*: más allá del cuarto estado.

# U

*Upadesha*: instrucción.
*Upadhi bheda*: debido a las limitaciones.

# V

*Vairagya*: desapego.
*Vaishnavite*: seguidor del dios Vishnú.
*Vasanas*: tendencias mentales.

*Vastu tantra*: propio de lo Supremo.
Veda: Sagradas Escrituras.
*Vichara*: investigación.
*Vichara Marga*: camino de la investigación.
*Vijnana*: conocedor.
*Vijnanamaya kosa*: envoltura intelectual.
*Viparita*: confusión.
*Vishaya vritti*: actividad de los pensamientos objetivos.
*Visva*: vigilia.
*Viveka*: discernimiento.
*Vritti*: pensamiento.
*Vrittijnanam*: estado sutil mental.

# Y

*Yogui*: un asceta, practicante del yoga.

*La búsqueda del Ser*, de Mahendra Tevar,
fue impreso y terminado en octubre de 2011
en Encuadernaciones Maguntis, Iztapalapa,
México, D. F. Teléfono: 5640 9062.